

Großes Menü für den kleinen Geldbeutel

Soziales Ein neuer Kochkalender speziell für Hartz IV-Empfänger zeigt, wie man günstig und gesund kocht

VON JOSHENA DIESENBACHER

Gabriele Blattner ist voll in Aktion. Sie ist dabei, ein leckeres, gesundes und preiswertes Menü für acht Personen zu zaubern. „Die Zutaten haben nur 20 Euro gekostet“, sagt die 56-Jährige stolz. Und das ist – neben dem Geschmack natürlich – bei dieser Aktion die wichtigste Sache.

Gabriele Blattner, Regina Margarelli und Christopher Schindlmayr sind Teilnehmer der Beschäftigungsinitiative 50plus (BINS, siehe Infokasten). Sie geht von der Arge der Stadt Augsburg und dem Berufsbildungszentrum (BBZ) aus. In diesem Rahmen haben die drei erfolgreich ein Projekt verwirklicht: Sie haben einen Kochkalender für den kleinen Geldbeutel gemacht.

Um das zu feiern, bekochen Blattner, Schindlmayr und Margarelli den Leiter der Arge, Eckart Wieja, und Maria Klingelstein, Chefin des Berufsbildungszentrums. Es

gibt das März-Menü des Kalenders. Klingelstein ist begeistert von dem feinen Geschmack des „Vogerlsalats“ – auf Schwäbisch Feldsalat – dessen Dressing mit pürierten Kartoffeln und angebratenen Zwiebeln verfeinert wurde. Die selbst gemachten „Eclairs mit Mokka-creme“ bilden den krönenden Abschluss.

Viele ernährten sich bislang von Fertiggerichten

Die Vorgeschichte: Einmal wöchentlich gab es im Kurs ein gemeinsames Frühstück, um den Teilnehmern einen informellen Austausch zu ermöglichen. „Ich habe erfahren, dass viele aus meinem Kurs sich mit Fertigprodukten ungesund ernähren“, erzählt Blattner. Da war die Idee des Kochkalenders geboren. „Ich koche gerne und wollte den anderen vermitteln, dass man auch alleine gut und günstig kochen kann und damit seinem Körper was Gutes tut.“

Von den Kursteilnehmern wird

Blattner jetzt wohlwollend „Chefköchin“ genannt, denn viele der Rezepte stammen aus dem Kochbuch ihrer Großmutter um 1900. Damals habe man gewusst, wie man preiswert und gut kocht.

Aber der Kochkalender ist nur ein Teil des Erfolgs des Projekts: „Wir sind Freunde geworden und wollen uns auch weiterhin treffen“, sagt Regina Margarelli. Denn wichtig für die Projektteilnehmer ist vor allem auch der neue Zusammenhalt, den sie gefunden haben.

Und es gibt schon neue Pläne: „Man könnte doch einen Kochkurs für alle Teilnehmer anbieten“, schlägt Blattner der BBZ-Leiterin vor. Mal sehen, ob dieses neue Projekt ins Leben gerufen wird ...

📌 Kochkalender Ihn gibt es ab April für alle Arbeitslosengeld II-Bezieher kostenlos in der Arge der Stadt Augsburg in der Wertachstraße sowie in den Zweigstellen in der Gögginger Straße und der Zugspitzstraße.



Kochen muss nicht teuer sein. Maria Klingelstein, Regina Margarelli, Gabriele Blattner, Christopher Schindlmayr und Eckart Wieja haben einen Kochkalender für Hartz-IV-Empfänger gemacht. Foto: Alexander Kaya

BINS 50plus

● **Was BINS** steht für Beschäftigungsinitiative Schwaben 50plus der Argen, gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales. Es wird von 2008 bis 2010 mit neun Millionen Euro gefördert.

● **Warum** Ältere Langzeitarbeitslose sollen bei der Arbeitssuche unterstützt werden. Ihnen soll neue Orientierung und neues Selbstbewusstsein gegeben werden.

● **Wie** Neben klassischen Inhalten wie

Bewerbungstraining und EDV-Grundkenntnissen lernen die Arbeitslosen auch beispielsweise, wie man sich schick macht und motiviert oder was eine gesunde Ernährung ausmacht. (dj)