

## PROJEKTSTECKBRIEF

Einfach. Lecker. Vorbeugen.



### Darmkrebsprävention und Gesundheitskompetenz für Berufsschüler\*innen

#### Projektträger

Wolfgang Wilmanns Stiftung

Gemeinnützige Treuhandstiftung an der Ludwig-Maximilians-Universität München

#### Kurzbeschreibung

„Einfach. Lecker. Vorbeugen.“ ist ein präventives Bildungsprojekt zur Stärkung der Gesundheitskompetenz von Berufsschüler\*innen im Alter von 16 bis 25 Jahren. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Kochworkshops, kombiniert mit verständlich aufbereitetem Wissen zu gesunder Ernährung und Krebsprävention – insbesondere Darmkrebs.

Das Projekt setzt bewusst in einer Lebensphase an, in der junge Menschen erstmals eigenverantwortlich über Ernährung, Alltag und Lebensstil entscheiden und sich langfristige Routinen ausbilden.

#### Zielgruppe

- Berufsschüler\*innen / Auszubildende (16–25 Jahre)
- Besonderer Fokus auf Jugendliche mit sozioökonomischen Belastungen oder Migrationsgeschichte

#### Ziele des Projekts

- Stärkung der Gesundheits- und Ernährungskompetenz
- Vermittlung grundlegender Koch- und Alltagskompetenzen
- Sensibilisierung für Prävention und langfristige Gesundheit
- Förderung von Selbstwirksamkeit und eigenverantwortlichem Handeln
- Niedrigschwelliger Zugang zu Präventionswissen im schulischen Alltag



WOLFGANG  
WILMANN'S  
STIFTUNG



LUDWIG-  
MAXIMILIANS-  
UNIVERSITÄT  
MÜNCHEN



### **Inhalte & Ablauf**

Jede Veranstaltung umfasst:

- Praktische Kochphase mit einfachen, kostengünstigen und alltagstauglichen Gerichten
- Wissensvermittlung zu Ernährung, Prävention und Darmgesundheit
- Transfermaterialien (Rezepte, Tipps, QR-Codes)

Die Workshops werden im Tandem aus Köch\*innen und Ernährungsfachkräften durchgeführt.

### **Projektteam & Durchführung**

Die Workshops werden von einem qualifizierten, interdisziplinären Team umgesetzt:

- Prof. Dr. med. Volkmar Nüssler, Vorsitzender der Wolfgang Wilmanns Stiftung, Onkologe und langjähriger Koordinator des Tumorzentrums München, begleitet das Projekt fachlich und gibt bei ausgewählten Workshops kurze medizinisch-präventive Impulse.
- Köch\*innen-Team: ein bis zwei erfahrene Köch\*innen sowie ein bis zwei jüngere Köch\*innen bzw. Assistentköch\*innen sorgen für professionelle Anleitung und niedrighschwellige Ansprache.
- Ernährungsfachkräfte mit Erfahrung in der Arbeit mit Jugendlichen.

### **Organisatorischer Rahmen**

- Dauer: ca. 3–4 Stunden
- Teilnehmende: eine Schulklasse (ca. 25–30 Personen)
- Ort: Schulküche, externe Kochlocation oder mobile Küchenausstattung

### **Aufwand für die Schule**

- ✓ keine Kosten
- ✓ keine Vorbereitung
- ✓ keine Nachbereitung
- ✓ keine Lehrplanänderung
- ✓ keine Werbung oder Produktplatzierung

Die gesamte Organisation übernimmt das Projektteam.





### **Datenschutz & DSGVO**

Die Umsetzung erfolgt vollständig DSGVO-konform.

- Teilnahme ohne Angabe personenbezogener Daten möglich
- Freiwillige Angabe von E-Mail-Adressen für Rezepte und Informationen
- Zweckgebundene Nutzung, keine Weitergabe, keine Werbung
- Erhebung ausschließlich anonymisierter Statistikdaten
- Alle Projektbeteiligten sind auf Datenschutz verpflichtet

### **Kinder- und Jugendschutz**

Die Wolfgang Wilmanns Stiftung verfügt über eine verbindliche Kinder- und Jugendschutzpolicy, die für alle Projektbeteiligten gilt.

### **Gemeinnützigkeit & Neutralität**

Das Projekt ist werbefrei, unabhängig und nicht wirtschaftlich gesponsert. Es erfolgt keine Produktplatzierung oder Markenempfehlung.

### **Lebensmittel & Haftung**

Alle Zutaten und Materialien werden durch die Stiftung gestellt. Es sind keine Gesundheitsnachweise der Teilnehmenden erforderlich. Hygienestandards werden eingehalten und vorab abgestimmt.

### **Kontakt**

Wolfgang Wilmanns Stiftung  
Ruderatsried 7, 87651 Bidingen  
kontakt@wilmanns-stiftung.de  
+49 172 378 4500

