

GASTBEITRAG: ERNÄHRUNG IN JUGENDHILFEINRICHTUNGEN GESUNDHEITSBEWUSST WEITERENTWICKELN

22. Januar 2018



Im Herbst 2017 startete das Projekt "Ernährung in der Jugendhilfe in Sachsen", dass in seiner vierjährigen Laufzeit Hilfestellungen für eine gesundheits- und kostenbewusste Ernährung in Jugendhilfeinrichtungen erarbeiten wird. In ihrem Gastbeitrag erklärt Bianca Stephan vom Fordermittelgeber vdek die Ausgangslage des Projektes.

Nach dem Feierabend zum Yoga-Kurs oder zur Rückenschule zu gehen, gehört für viele Menschen zum Alltag. Das Kursangebot ist groß und die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen einen Großteil der Kosten. Eine Vielzahl von Menschen bleibt aber beim Bemühen um mehr Gesundheit außen vor. Etwa weil ihnen der Zugang erschwert wird oder sie sich gesunde Lebensmittel nicht leisten können. Das soll sich ändern.

Anfang Juni 2016 unterzeichneten die sächsische Sozialministerin Barbara Klepsch, Vertreter der gesetzlichen Krankenkassen sowie der Renten- und Unfallversicherung die sächsische Landesrahmenvereinbarung zur Gesundheitsförderung und Prävention. Ziel ist es, die Nachhaltigkeit und die Reichweite von Netzwerken, Maßnahmen und Projekten zu erhöhen. Dafür sollen die Menschen besser in ihren Lebenswelten erreicht werden. Gemeint sind damit alltägliche Orte, in denen sich Menschen aufhalten wie Kindergärten, Schulen, Arbeitsplätze oder Wohnorte.

Die Vereinbarung geht auf das Präventionsgesetz zurück, das der Bundestag 2015 verabschiedet hat. Die Krankenkassen wurden mit dem Gesetz beauftragt, die Prävention und Gesundheitsförderung auszubauen. Im Fokus stehen dabei insbesondere sozial benachteiligte

Personen, um so zu einer Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen beizutragen.

Prävention und Gesundheitsförderung zielen zudem darauf ab, vorhandene Strukturen so zu gestalten, dass ein gesundheitsförderliches Verhalten möglich ist. Gesundheitliche Belastungen sollen gemindert sowie Potentiale und Ressourcen gestärkt werden. Nach dem Leitgedanken „Hilfe zur Selbsthilfe“ soll allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit ermöglicht werden und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit befähigen, auch denjenigen, die bislang nur schwer oder gar nicht erreicht werden konnten. Dieser Zielstellung fühlen sich die Ersatzkassen in besonderem Maß verpflichtet.

Grundvoraussetzung dafür ist, dass Bedarfe erkannt, Ziele entwickelt sowie Maßnahmen geplant und erfolgreich umgesetzt werden. Dabei sollen alle Akteure einbezogen und miteinander vernetzt werden. Der Fokus liegt hier insbesondere auf einem niedrigschwelligen Zugang. Die große Herausforderung wird darin liegen, die Strukturen und gesundheitsförderlichen Angebote so nachhaltig auszustalten, dass diese langfristig in den Alltag integriert werden können.

Die Parikom GmbH und die Ersatzkassen in Sachsen haben aus den vielfältigen Ansatzpunkten die das Präventionsgesetz bietet, einen besonderen Schwerpunkt gesetzt: Die Verbesserung der gesundheitsbewussten Ernährung von Kindern und Jugendlichen in Jugendhilfeeinrichtungen. Der Zusammenhang zwischen Gesundheit und gesunder Ernährung ist mittlerweile wissenschaftlich hinreichend belegt. Jungen und Mädchen in den sozialpädagogisch begleiteten Wohnformen sollen Ernährung nicht nur als Nahrungsaufnahme verstehen, sondern die vielfältigen Möglichkeiten, die gesunde Ernährung bieten kann, auch bewusst in den Alltag integrieren. Der Ansatz des Projektes liegt darin, besonders frühzeitig Grundlagen zu vermitteln, auf die im weiteren Leben zurückgegriffen werden kann. Mit dem Vorhaben betreten die Partner nun ein Feld, mit dem Impulse für Entwicklungen in diesem besonders bedarfsnotwendigen Bereich gesetzt werden sollen.

Über die Autorin: Bianca Stephan ist Referentin für Prävention und Gesundheitsförderung beim Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Landesvertretung Sachsen sowie zuständige Ansprechpartnerin für das von den Ersatzkassen geförderte Projekt.

Am **29. Januar 2018** findet zum Projektauftakt ein **Fachtag in Dresden** statt. Nähere Informationen dazu lesen Sie in unserem [Veranstaltungskalender](#).

Das Projekt "Gesunde altersgerechte und kostenbewusste Ernährung von Kindern und Jugendlichen in teilstationären und stationären Jugendhilfeeinrichtungen in Sachsen" wird von den Ersatzkassen in Sachsen ([vdek](#)) gefördert. Projektträger ist die [parikom – Paritätisches Kompetenzzentrum für soziale Innovation GmbH](#), die in Kooperation mit dem Paritätischen Sachsen sowie der [LSJ Sachsen e.V.](#) arbeitet.

© 2026 Paritätischer Wohlfahrtsverband Landesverband Sachsen