

## KOSTENFREIE SCHULUNGEN: ERNÄHRUNG IN JUGENDHILFEINRICHTUNGEN

29. März 2022



Foto: anaumenko - fotolia.com

Auch 2022 bietet das Projekt „Powerfood“ kostenfreie Schulungen zur Ernährung in der (teil)stationären Jugendhilfe an. Rund 100 pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkräfte nutzten das Angebot bisher und konnten damit in ihren jeweiligen Einrichtungen wichtige Schritte voran gehen.

Seit nunmehr fünf Jahren befasst sich Anja Schindhelm, Projektleiterin von „Powerfood“, mit Fragen der gesunden Ernährung in der Jugendhilfe. Nach einer Datenerhebung und der Veröffentlichung einer Arbeitshilfe zum Thema begann das Projekt 2020 mit kostenfreien Schulungen in Jugendhilfereinrichtungen. Bei diesen werden mit den Beteiligten konkrete Ansätze entwickelt, um Ernährungsfragen vor Ort erfolgreich zu beantworten.

„Manchmal geht es um ganz grundlegende Dinge wie beispielsweise die richtige Essensmenge für Heranwachsende. Von Interesse war auch, wie sich mit der aktuellen Verpflegungspauschale in der jeweiligen (teil)stationären Jugendhilfeeinrichtung eine ausgewogene Ernährung umsetzen lässt. Im Dialog und anhand der in den letzten Jahren gesammelten Erkenntnisse konnten wir in allen Fällen Handlungsoptionen aufzeigen“, berichtet die Projektleiterin.

### Schulungen in Jugendhilfeinrichtungen setzen positive Impulse

Die Rückmeldungen der Einrichtungen, die das kostenfreie Schulungsangebot von „Powerfood“ bereits genutzt haben, waren sehr positiv. Schon allein der Umstand, sich Zeit für das Thema zu

nehmen und auf die Unterstützung externer Beratung zurückgreifen zu können, motivierte dazu, die neuen Erkenntnisse sofort in die Praxis einfließen zu lassen. Das gewonnene Wissen und nicht zuletzt der Dialog darüber im jeweiligen Team halfen, Abläufe neu zu denken und Routinen zu durchbrechen.

Auch Gabriele Fleck-Hartmuth, Leiterin des Kinder- und Jugenddorf Markkleeberg und St. Hilarius Haus Leipzig, nutzte die Inhouse-Schulung und sagt rückblickend: „Wir haben uns gar nicht so sehr an den Speiseplänen und einzelnen Werten aufgehalten, sondern eher versucht, die Kinder und Jugendlichen noch mehr zu beteiligen, ihre Wünsche einzubringen, aber auch zu hinterfragen. In einem länger dauernden Prozess wurden auch mit den Erwachsenen Haltungsfragen thematisiert. Somit sind neue Rezepte entstanden, Kids haben Veganes ausprobiert, Fleisch wurde überall reduziert. Ein Erntedankfest im Oktober 2021 hat das Thema Ernährung dann nochmal abgerundet.“ Ähnliche Erfahrungen hört die Projektleiterin auch aus anderen Einrichtungen. Der Bezug zu den Themen Essen und Ernährung hat sich gewandelt und beide sind oft zu einem Bestandteil der pädagogischen Arbeit geworden.

## **In zwei Schritten zur ausgewogenen Ernährung**

Während der Corona-Pandemie mussten die Inhouse-Schulungen vermehrt online stattfinden. Aufbauend auf diesen Erfahrungen schnürte das Projekt nun ein kostenfreies Paket, welches sowohl eine Online- als auch eine Präsenzveranstaltung enthält.

Die Schulungen werden als zwei halbtägige Veranstaltungen bestehend aus einem Basismodul im Onlineformat und einer Aufbauschulung vor Ort durchgeführt. Im Basismodul wird unter anderem das Ernährungsverhalten in der Einrichtung reflektiert und die Anwendung der altersangemessenen Warenkörbe wird vermittelt. Das Aufbaumodul richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen des teilnehmenden Teams bzw. der Teilnehmenden der Einrichtungen. Kochpraktische Anteile wie beispielsweise die Zubereitung vegetarischer Aufstriche können in diesem Präsenzmodul auf Wunsch umgesetzt werden. Da die Verankerung des Themas in den Teams und Einrichtungen Zeit braucht, werden die Module im Abstand von zwei bis drei Monaten durchgeführt.

## **Arbeitshilfe als Unterstützung für die Praxis**

Grundlage und wichtiger Baustein der Schulungen ist die Arbeitshilfe „Damit gute Ernährung in der Jugendhilfe gelingt“. Sie enthält zum einen altersangepasste und mahlzeitenorientierte Warenkörbe und zum anderen auch Rahmenkriterien für die Umsetzung von ausgewogener Ernährung in Jugendhilfeinrichtungen.

Die Arbeitshilfe können Sie [hier lesen](#).

## **Jetzt Interesse bekunden!**

Sie möchten dieses Angebot für Ihre Einrichtung nutzen? Dann wenden Sie sich direkt an die Projektleiterin Anja Schindhelm. Die Schulungen können noch bis Dezember 2022 kostenfrei

gebucht werden. Es wird lediglich eine einmalige Fahrtkostenpauschale in Höhe von 100 Euro für das Präsenzmodul erhoben.

---

## **Kontakt:**

Anja Schindhelm (Projektleiterin)

Telefon: 0351 / 828 71 451 (Montag bis Donnerstag, 8.00 - 12.00)

E-Mail: [anja.schindhelm\(at\)parikom.de](mailto:anja.schindhelm(at)parikom.de)

---

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