

# SO GELINGT GESUNDE ERNÄHRUNG IN DER JUGENDHILFE

24. Oktober 2023 Erstellt von Anja Schindhelm, Projektleiterin Powerfood



*Seit 2017 stärkt das Projekt Powerfood die gesunde und altersgerechte Ernährung in stationären und teilstationären Jugendhilfeeinrichtungen. Mit Arbeitshilfen und praxisorientierten Schulungen vor Ort konnte bereits viel erreicht werden, berichtet Projektleiterin Anja Schindhelm.*

Ist eine ausgewogene Ernährung von Kindern und Jugendlichen in stationären Jugendhilfeeinrichtungen mit einer Verpflegungspauschale von 4,95 Euro möglich? Mit dieser und anderen Fragen startete vor fünf Jahren das parikom-Projekt „Powerfood – Ernährung in Jugendhilfeeinrichtungen“. Schnell wurde klar: Der Betrag ist nicht zuletzt aufgrund steigender Lebensmittelpreise zu gering angesetzt. Die höheren Kosten und der starke Druck seitens der Jugendhilfeträger führten schließlich in den sächsischen Landkreisen zu einer Anhebung der Pauschale auf 6,25 Euro pro Tag und Kind.

Diese Pauschale bildet einen wichtigen Grundstein, um eine ausgewogene Versorgung anbieten zu können und beispielsweise die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sowie des Forschungsdepartments für Kinderernährung umzusetzen. Die Finanzierung ist allerdings nur ein Teil der Lösung. Pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkräfte in den Einrichtungen benötigen neben den berufsspezifischen Qualifikationen auch Ernährungswissen und praxistaugliche Kochkompetenzen.

## In der Praxis für die Praxis lernen

Auf Grundlage der 2019 im Projekt Powerfood erarbeiteten Arbeitshilfe „Damit gute Ernährung in der Jugendhilfe gelingt“ entstand ein Weiterbildungscurriculum, das in den vergangenen zwei

Jahren erprobt wurde. Zielgruppe des Angebotes waren Teams aus pädagogischen und hauswirtschaftlichen Fachkräften stationärer und teilstationärer Jugendhilfeeinrichtungen in Sachsen.

Um die verschiedenen Aspekte gesunder und altersgerechter Ernährung in der Praxis zu verankern, bedarf es Zeit. Daher wurden zwei Halbtagsseminare im Abstand von etwa drei Monaten angeboten. Dank der Projektfinanzierung durch den Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) konnten 16 Teams kostenfrei geschult werden. In den Seminaren setzten sich die Teilnehmenden mit grundlegendem Ernährungswissen auseinander und reflektierten die Verpflegungsumsetzung in ihrer jeweiligen Wohngruppe oder Einrichtung. Dabei wurden den Beteiligten erste Optimierungsmöglichkeiten ersichtlich. Die Praxiseinheit zeigte Möglichkeiten auf, wie Verpflegung trotz kleinem Budget im Alltag abwechslungsreich gestaltet werden kann. Wertvolle Anregungen erhielten die Teams beim Selbstausprobieren und Verkosten von vegetarischen Aufstrichen, Gemüse- und Hülsenfruchtgerichten. Das abschließende Feedback fiel weitgehend positiv aus. Meist wurden die neuen Erkenntnisse dankbar angenommen.

## **Mit vorhandenem Budget gesund verpflegen**

Die externen Partner des Projektes evaluierten die Qualität des Curriculums und der Schulungen systematisch. Im Ergebnis zeigte sich eine hohe Wirksamkeit der Weiterbildungen. Insbesondere der modulare Aufbau half dabei, Wissen zu verankern. Zudem gelang es, Kinder und Jugendliche in die gesundheitsbewusste Planung, den Einkauf und die Zubereitung einzubeziehen. So wurden nachhaltige Lernprozesse befördert und sie konnten in den Alltag der Einrichtungen eingebettet werden.

---

Einrichtungen können die praxiserprobten Inhouse-Schulungen „Powerfood – Damit gute Ernährung in der Jugendhilfe gelingt“ weiterhin nutzen. Darüber hinaus geben die bereits erwähnte Arbeitshilfe „Damit gute Ernährung in der Jugendhilfe gelingt“ sowie die 2022 erfolgte Ergänzung derselben wichtige Anregungen für die Einrichtungspraxis.

Alle Informationen und Downloads finden Sie auf: [www.parikom.de/powerfood-praxistransfer](http://www.parikom.de/powerfood-praxistransfer)