

Partizipative Ernährungsbildung von Jugendlichen für Jugendliche

im Rahmen des IN FORM-Projekts „KlimaFood – Lebensweltorientierte klimafreundliche und gesundheitsfördernde Ernährungsbildung vulnerabler Bevölkerungsgruppen“

Edwina Ludewig, Vanessa Lüder, Ulrike Johannsen
Europa-Universität Flensburg, Abteilung Ernährung und Verbraucherbildung

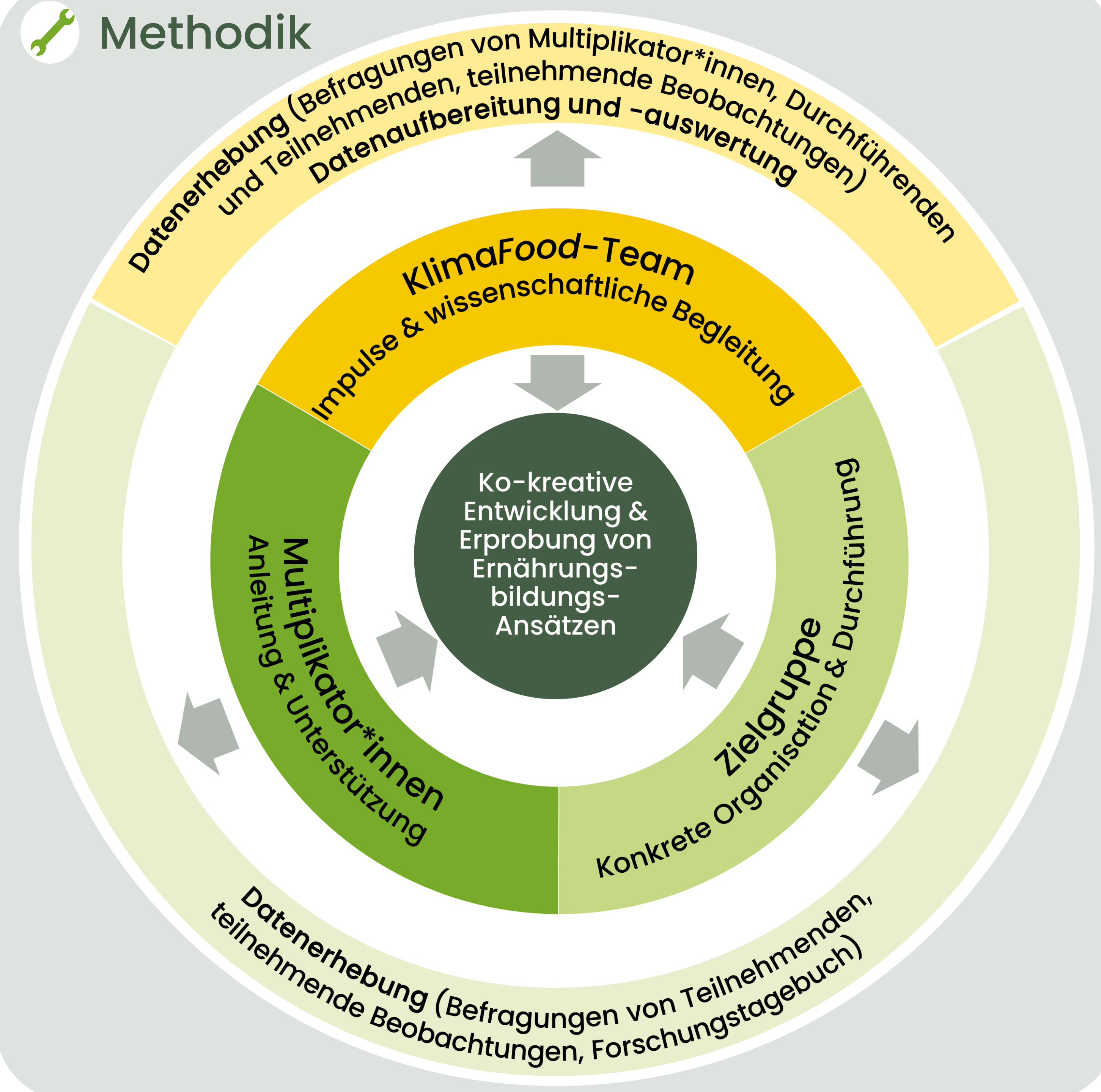
Hintergrund

- Jugendliche und junge Erwachsene, besonders sozio-ökonomisch Benachteiligte, werden von Ernährungsbildungsaktionen bisher wenig erreicht.
- Ein Ziel des IN FORM-Projekts KlimaFood ist es, Ernährungsbildungsansätze in Lebenswelten junger Menschen (Jugendzentren und -gruppen) gemeinsam mit Multiplikator*innen und Personen der Zielgruppe zu entwickeln.
- Personen der Zielgruppe übernehmen die Rolle der Planenden, Durchführenden und Forschenden bei Ernährungsbildungsaktionen (Nutzung von Service-Learning- und Peer-Education-Ansätzen).
- Die Ansätze werden modellhaft erprobt. Anschließend werden Multiplikator*innen-Schulungen zur Implementierung in die Praxis entwickelt.

Fragestellung

- Können die Ernährungskompetenzen der Zielgruppe durch die entwickelten Ernährungsbildungsansätze erweitert werden?
- Welche Gelingensfaktoren sind bei der Weiterentwicklung zu berücksichtigen?

Methodik



„Drei Personen [haben] die Aktion vorbereitet, die Rezepte ausgesucht, die einzelnen Teile des Ablaufs geplant und durchgeführt [...]. Weitere Helfende wurden unter den Teilnehmenden gesucht [...], die dann Anleitung beim Vorbereiten der Zutaten [...] übernommen haben.“
(Beobachtung einer Projektmitarbeiterin)

„[Eine durchführende Jugendliche] hat uns Mitarbeitern die [Zutaten] alle gezeigt und dann auch immer dazu gesagt, dass es halt alles aus Deutschland ist.“
(Beobachtung eines/r durchführenden Jugendlichen)



Ergebnisse

Pilothaft erprobte Ansätze umfassen:

- **Kochevents und Lernspiele** zu klimafreundlicher Ernährung, geplant und angeleitet von Jugendlichen für Peers
- **Gesundheitsförderliche Café-Angebote**, gestaltet von Jugendlichen unter Anleitung von Multiplikator*innen
- **Gemeinsame Produktion von Erklärvideos** über Lebensmittelinhaltsstoffe und gesundheitsförderliche Alternativen

Erste Ergebnisse lassen annehmen:

- Durchführende und teilnehmende Jugendliche **lernen voneinander**. Dabei erweitern sie ihr Ernährungswissen sowie ihre küchenpraktischen Fertigkeiten.
- Die Zielgruppe **orientiert sich stark an vertrauten Multiplikator*innen**.
- Die Aussicht auf **Spaß mit Freunden** motiviert zur Teilnahme.



„An den Spielen hatten alle sehr viel Spaß und Interesse. Es haben sich alle beteiligt und gemeinsam nach Lösungen gesucht. Die Kinder haben [...] viel von Zuhause berichtet und von Erfahrungen [...] erzählt.“
(Beobachtung eines/r durchführenden Jugendlichen)

Schlussfolgerungen

Die erprobten Ansätze zeigen Potentiale für die Förderung der Ernährungskompetenzen Jugendlicher, indem sie Gestaltungs- und Forschungsaufgaben übernehmen. Gelingensfaktoren sind der Einsatz von Multiplikator*innen mit bestehender Vertrauensbeziehung zur Zielgruppe als Anleitende, da diese als Vorbilder akzeptiert werden, und die Priorisierung von Spaß als ein Ziel der Ernährungsbildungsaktionen.

Kontakt

Edwina Ludewig
edwina.ludewig@uni-flensburg.de
IN FORM-Projekt KlimaFood
<https://www.uni-flensburg.de?50700>
www.in-form.de