

Konzept: **Kreativ-Werkstatt (Teil 1)**

Eine KlimaFood-Kreativ-Werkstatt ist eine Projektzeit (z. B. Projektwoche im Ferienprogramm, Wochenendfreizeit...), in der eine Gruppe von Kindern/Jugendlichen einer kreativen Aktivität nachgeht, die sie interessiert. Dabei schafft die Gruppe ein gemeinsames Produkt, das sie abschließend präsentieren kann.

In das kreative Projekt werden Ernährungsthemen einbezogen (z. B. durch gemeinsames Kochen oder ernährungsbezogene Spiele). So bekommen die Teilnehmenden die Möglichkeit, Neues in ihrem Interessensgebiet zu lernen und sich darin weiterzuentwickeln, während gleichzeitig ihre Ernährungskompetenzen gefördert werden.

Angeleitet wird die Kreativ-Werkstatt von Expert*innen im Bereich der kreativen Aktivität. Sie sind zusätzlich dafür geschult, Ernährungsinhalte in ihre Angebote einzubinden.



Beispiel:

„Hip-Hop & Food“

Kreatives Projekt:

Schreiben und Aufnehmen eines eigenen Hip-Hop-Songs zum Thema „pflanzliche Lebensmittel bevorzugen“, Musikvideo drehen

Ernährungsbildung:

Input und Lernstationen mit Hintergründen für den Songtext, gemeinsames Einkaufen, Kochen und Essen

Abschluss:

Videopremiere mit Freunden und Familien

Anleitung:

Rapper und Ernährungs-Pädagoge



Die vollständigen Konzepte zu den Beispielen sind als Aktionsvorschläge in dieser Handreichung zu finden.

Beispiel:

„Lebensmittel-Zirkus“

Kreatives Projekt:

Einüben von Zirkus-Kunststücken,
Zusammenstellung einer Vorführung

Ernährungsbildung:

Einbindung von Ernährungsthemen in
Zirkusübungen, Integration von ernährungs-
bezogenen Bewegungsspielen
und Sinnesübungen

Abschluss:

Zirkusvorführung für Freunde und
Familien

Anleitung:

Akrobatin und Ökotrophologin

Beispiel:

„App-Gestaltung“

Kreatives Projekt:

Gestaltung eines ernährungsbezogenen
Moduls für die eigene Jugendgruppe innerhalb
einer App, die bei der klimafreundlicheren All-
tagsgestaltung unterstützt

Ernährungsbildung:

Eigenständige Recherche von Themen rund um
klimafreundliche Ernährung nach eigenem Inte-
resse der Teilnehmenden, Erstellen von Inhalten,
wie praktischen Herausforderungen, Quizfragen
und Rezepten für App-Nutzer*innen

Abschluss:

Gemeinsames Ausprobieren des App-Moduls in
der Jugendgruppe

Anleitung:

App-Entwickler*innen

Konzept: **Kreativ-Werkstatt (Teil 2)**

Der Weg zur eigenen Kreativ-Werkstatt

Schritt 1: Die Idee

Die Möglichkeiten, eine Kreativ-Werkstatt zu gestalten, sind unbegrenzt. Diese Fragen können helfen, um ein passendes Projekt zu finden:

- Mit welcher kreativen Aktivität kenne ich mich aus, sodass Kinder/Jugendliche dabei etwas Neues von mir lernen können?
- Welche Aktivität macht mir Freude, sodass ich andere authentisch dafür begeistern kann?
- Wenn man nicht selbst anleiten möchte: Welche Personen kenne ich, die sich mit ihrem Talent/Beruf/Hobby als Anleitende einer Kreativ-Werkstatt eignen?
- Welche Aktivitäten machen den Kindern/Jugendlichen Freude, mit denen ich arbeite?

Mögliche kreative Projekte:

- Theater, Musical
- Poetry-Slam
- Zeichnen, malen
- Fotografie
- Nähen/Stoffarbeiten
- Installationen
- Skulpturen
- Digitales Design
- Escape-Room-Entwicklung
- Rallies (z. B. Actionbound)
- Brettspiel-Entwicklung

Tipp: Anleitende sollten ehrlich begeistert von der kreativen Aktivität sein sowie Erfahrung und Können mitbringen. Dann werden sie von den Kindern/Jugendlichen schnell als Vorbilder akzeptiert – sowohl im kreativen Projekt als auch bei der Ernährung.

Schritt 2: Das Thema

Das Ernährungsthema, das mit dem kreativen Projekt verbunden wird,...

... sollte den Anleitenden ein ehrliches Herzensanliegen sein – dann können auch Kinder und Jugendliche dafür begeistert werden.

... sollte für die Teilnehmenden anschaulich dargestellt und mit ihrer Lebensrealität in Verbindung gebracht werden können.

... sollte sich in das kreative Produkt der Kreativ-Werkstatt (z. B. den Song, das Kunstwerk, die Vorführung...) einbinden lassen.

Tipp
Wählen Sie ein kleines, klar abgegrenztes Thema, in das Sie tief einsteigen können, statt den Bereich „nachhaltige Ernährung“ komplett abzudecken zu wollen.



Tipp
Die Gruppe interessiert die kreative Aktivität oft mehr als Ernährung. Stellen Sie deshalb die Aktivität in den Vordergrund und flechten Sie das Ernährungsthema darin ein. Dann verbinden die Teilnehmenden das gelernte Ernährungswissen mit positiven Erinnerungen an ein besonderes Projekt und nehmen dadurch auch langfristig viel mit.

Schritt 3: Die Umsetzung

Um die Gruppe für die Kreativ-Werkstatt zu motivieren, hilft es,...

... die Beziehungen zu den Anleitenden und in der Gruppe zu stärken. Hier entstehen Freundschaften über die Projektzeit hinaus.


... der Gruppe ein gemeinsames Abenteuer zu ermöglichen, bei dem sie über sich hinauswachsen kann.

... einen Zuwachs an Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten zu bieten, durch den die Teilnehmenden ihren Vorbildern (z. B. „echten“ Musikern/Schauspielern/Designern...) ähnlicher werden können.



Konzept: Kreativ-Werkstatt (Teil 3)

Tipp



Sind mit der kreativen Aktivität eine gemeinsame Sprache, bestimmte Werte oder eine Kultur verbunden? Dann schaffen Sie damit eine gemeinsame Ebene, auf der die Betreuenden und Teilnehmenden auf Augenhöhe kommunizieren. Nutzen Sie dies auch, um eine Verbindung zum Ernährungsthema herzustellen. Beim Beispiel „Hip-Hop & Food“ werden zu Beginn Werte aus der Hip-Hop-Kultur besprochen und als Grundlage für den Umgang miteinander vereinbart. Dazu gehören Respekt, Fairness, Kreativität und das Prinzip „Each one teach one“ – jede*r kann von jede*m lernen, alle wollen sich gemeinsam weiterentwickeln. Diese Werte dienen auch als Aufhänger für die Ernährungsbildung: Jede*r bringt sich mit dem eigenen Wissen und den eigenen Kompetenzen ein, um gemeinsam mehr über eine faire, respektvolle Ernährung und kreative Umsetzungsmöglichkeiten zu lernen.

Schritt 4: Das kreative Projekt

Am besten eignet sich ein kreatives Projekt,...

- ... an dem alle gemeinsam mitwirken, in dem jede*r einen Teil mit seinen/ihren Talenten und Fertigkeiten beiträgt.
- ... das ein Endprodukt ergibt, auf das die Gruppe stolz sein kann.
- ... bei dem die Teilnehmenden mitbestimmen und frei gestalten können.
- ... bei dem es erlaubt ist, auch mal nicht mitzumachen. Niemand sollte dazu gedrängt werden, etwas zu tun, bei dem er*sie sich nicht wohlfühlt.



Schritt 5: Die Ernährungsbildung

Für die Vermittlung von Ernährungsthemen ist zu empfehlen,...


... Spiele zu nutzen, um in den Austausch über Ernährungsthemen zu kommen.

... Ernährungswissen praktisch werden zu lassen, indem man zusammen einkauft, kocht und isst.

... Raum für Fragen, Diskussionen und andere Meinungen zuzulassen.

... die Teilnehmenden dabei zu unterstützen, Möglichkeiten für eine gesundheitsfördernde und nachhaltigere Ernährung zu finden, die mit ihrer persönlichen Alltagssituation vereinbar sind, statt dogmatische Ernährungsregeln zu vermitteln.

... hinter den vermittelten Ernährungstipps zu stehen und sie während der Projektzeit selbst konsequent umzusetzen.



Tip

Um die Ernährungsbildung ungezwungen einzubinden, hilft es, das Ernährungsthema schlüssig in das kreative Projekt zu integrieren. Das gelingt beim Beispiel „Hip-Hop & Food“ so: Die Anleitenden kommunizieren als Ziel der Projektzeit, dass die Teilnehmenden lernen, ein Thema, das ihnen wichtig ist, mit Hip-Hop auszudrücken. Für die Projektzeit braucht die ganze Gruppe ein gemeinsames Thema. Deshalb wird als Beispiel ein Songthema genommen, das den Anleitenden am Herzen liegt, und zwar das ausgewählte Ernährungsthema.



 **Hashtags**

#Konzept #Kreativ-Werkstatt