



Gesund im Quartier Süd – Ost. Strukturen und Maßnahmen zum Thema „Gesunde Ernährung“ für einkommensschwache Familien im Stadtteil

Projektträger: Lunch Club e.V. Ahlen

ZIELSETZUNG

Das frühzeitige Erlernen der Bedeutung von Ernährung für Gesundheit und Wohlbefinden kann die Lebensqualität verbessern und gesundheitlichen Beeinträchtigungen, z.B. durch Übergewicht, vorbeugen. Das Projekt hat sich zum Ziel gesetzt, das Bewusstsein von Bewohner/-innen des Ahlener-Südostens über gesunde Ernährung zu steigern und zu helfen, dieses Wissen kostenbewusst in den Alltag zu integrieren. Im besonderen Fokus dieses Projektes stehen

- Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 14 Jahren und
- ihre Eltern.

LEBENSWELT

- Das Quartier Ahlen Süd-Ost umfasst zwei Stadtteile.
- Familien aus dem Quartier sind überproportional häufig von Armut betroffen, sind alleinerziehend und haben häufiger einen Migrationshintergrund.

ZIELE & MAßNAHMEN

- Steigerung des Ernährungsbewusstseins und der Lebensqualität bei vulnerablen Gruppen über die Umsetzung von Ernährungs- und Kochkursen für Kinder, Jugendliche und deren Eltern.
- Vermittlung von Wissen über gesunde Ernährung und Unterstützung bei der Integration einer gesunden und kostenbewussten Ernährung in den Alltag ohne bestimmte Bevölkerungsgruppen zu stigmatisieren.
- Abbau von Hemmschwellen der Familien bei der Inanspruchnahme von gesundheitsförderlichen Angeboten und Erarbeitung niedrigschwelliger Zugänge.
- Zusammenarbeit zwischen Lunch Club e. V., den Grundschulen und Sportvereinen im Quartier und Erarbeitung von Vermittlung.
- Entwicklung eines Kochbuches und Erstellung eines digitalen Angebotes.
- Überleitung Teilnehmender in weitere gesundheitsfördernde Angebote im Quartier, z. B. der Sportvereine.

Gefördert durch:



KOORDINATION UND KOOPERATION

- Der Projektträger (Lunch Club e. V.) als bereits etablierter Treffpunkt und Grundschulen schaffen Zugänge zur Zielgruppe.
- Partner des Lunch Club e. V. sind die Stadt Ahlen und das Projekt „Vitale Stadt Ahlen“.
- Das Projekt ist eingebunden in die Arbeitsgruppen der stadtweiten „Präventionskette“, insb. der Arbeitsgemeinschaft „Kita-Grundschule“.

NACHHALTIGKEIT

- Aus der Kooperation erwachsen dauerhafte Überleitungsstrukturen in gesundheitsförderliche und wohnortnahe Angebote.
- Die Hemmschwellen der Familien bei der Inanspruchnahme von Angeboten sinkt.
- Die Zusammenarbeit mit Grundschulen und Sportvereinen wird auch nach der Projektumsetzung weitergeführt.
- Die beteiligten Einrichtungen entwickeln sich im Thema gesunde und kostenbewusste Ernährung weiter.

QUALITÄTSSICHERUNG

- Die Veranstaltungen werden über Teilnehmer-Fragebögen evaluiert.
 - Während der Kurse werden bewusste Feedbackschleifen eingesetzt.
 - Expertenmeinungen werden zur Erfolgskontrolle eingeholt.
 - Eine Gesamt-Dokumentation wird zum Projektende angefertigt.
-

KONTAKT

Heike Gründken
Lunch Club e. V.
E-Mail: info@lunch-club.de
Tel.: 0175/8831169

