

Evangelischer Verein für Jugendsozialarbeit in Frankfurt am Main e.V. - Jugendhaus Heideplatz

Am Mittwoch den 25.03.09 war wieder einmal unser "Gesundheits(s)pass" angesagt: Einen Nachmittag lang gab es verschiedene Angebote rund um die Gesundheit. Leider konnten einige Kooperationspartner nicht kommen, doch auf eine Person ist Verlaß. Miriam Eisenhauer hat einen gelungen Beitrag zur Veranstaltung leisten können. Das Thema Ernährung kam gut an, und wir freuen uns sehr über die Zusammenarbeit. Vielen Dank! Das Jugendhaus Team.

Von Mareike Schnedler am 26.03.2009

<http://www.jugendhaus-heideplatz.de>

Projekttag: Ernährungsberatung am 25.02.2008

Am 25.02.2008 war im Jugendzentrum Heideplatz in Trägerschaft des evangelischen Vereins für Jugendsozialarbeit in Frankfurt am Main e.V. Ernährungsberatung im Rahmen der Jugendsozialarbeit angesagt. Hierzu wurde die Ernährungsberaterin/DGE Miriam Eisenhauer eingeladen. Mit der Thematik setzten sich die Jugendlichen bereits seit ca. 1 Jahr, im Rahmen der im Jugendhaus praktizierten Gesundheitsförderung (Angebote wie bspw. Internationale Küche, Fingerfood und Kino und Sportangebote) auseinander, so dass viele Fragen erarbeitet wurden, denen Frau Eisenhauer Rede und Antwort stand.

Die Jugendlichen waren hauptsächlich sehr daran interessiert ihre Ernährung einem Sportprogramm anzupassen, was sie bereits seit einiger Zeit im Jugendzentrum praktizieren. Auch zeigten die Jugendlichen, ihr Trainer und die Sozialpädagogen/innen großes Interesse an den Themen „Gesundheitsförderliche Gewichtsreduktion“ und „Allgemeine gesunde Ernährung“.

Nachdem im Rahmen eines interaktiven Vortrags mit anschaulichen Beispielen viele Fragen geklärt wurden, schaute Frau Eisenhauer über die bestehenden Essensangebote im Jugendzentrum. Hierbei stellte sie fest, dass bereits viele gesunde Lebensmittel mit einer hohen Nährstoffdichte in die Speisenzubereitung integriert werden. Ebenso war sie begeistert von den vielseitigen Angeboten, die die Jugendlichen im Jugendzentrum nutzen können.

Die Beratungsrunde wurde gegen Abend mit einem gemeinsamen Kochen abgeschlossen. Obstsalat und mit Himbeer- oder würzigem Paprikaquark gefüllte Pfannkuchen waren ein bunter Abschluss eines gelungenen Nachmittagsprogramms, welches durch die Diplom Sozialpädagogin Judith Eckhardt ermöglicht wurde.



(..., Judith Eckhardt, Miriam Eisenhauer, ...,)