



Gesund und nachhaltig essen mit kleinem Budget – Gemeinsam Ernährungsarmut begegnen

- Das IN FORM-Projekt schafft Ernährungsinformations- und Bildungsformate für Verbraucher*innen und Multiplikator*innen
- Das Angebot will Menschen in Form von aufsuchender Ernährungsbildung dabei unterstützen, Schritt für Schritt ihre Ernährungskompetenz aufzubauen und sich auch mit geringen finanziellen Mitteln lecker, gesund und nachhaltig zu ernähren

LAUFZEIT

Mai 2024 bis Mai 2027

ZIELE

Das Projekt will Verbraucher*innen, die von Ernährungsarmut bedroht oder betroffen sind, unterstützen und dazu befähigen, sich trotz begrenzter finanzieller Mittel gesund, nachhaltig und selbstbestimmt zu ernähren

LANGFRISTIGE ZIELE

Die Sichtbarkeit des Themas soll bundesweit verstärkt werden

ZIELGRUPPEN

a) **primäre Zielgruppe:** Personen mit niedrigem sozioökonomischem Status z. B. Menschen mit geringer Literalität/Sprachbarrieren, Familien, Kinder und Jugendliche, Alleinerziehende, Langzeitarbeitslose, Senior*innen mit geringer Rente

b) **sekundäre Zielgruppe:** Multiplikator*innen innerhalb der Lebenswelten wie Freizeiteinrichtungen, Senior*inneneinrichtungen, außerschulische Settings wie Volkshochschulen, Familienzentren u.a.

SETTING

außerschulische Lebenswelten

FÖRDERER

- IN FORM
- Bundesministerium für Landwirtschaft Ernährung und Heimat

KOORDINATION

- Europa-Universität Flensburg (EUF)
- Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen



MASSNAHMEN

- Innerhalb des Projektzeitraums werden zehn passgenaue Informations- und Bildungsformate entwickelt, die wissenschaftlich begleitet und evaluiert werden
- Es wird über 900 Veranstaltungen geben, in denen ca. 9.000 Verbraucher*innen direkt erreicht werden, und ca. 500 Schulungen zur Qualifizierung von Multiplikator*innen und Trainer*innen
- Alle Inhalte werden einen direkten Bezug zu den Lebenswelten der Verbraucher*innen und Multiplikator*innen haben und niedrigschwellig, einfach und unkompliziert umsetzbar sein

ERSTE ERGEBNISSE

- Themen wie Einkauf, Einkaufsfallen und Spartipps sind besonders gefragt
- Mit interaktiven Methoden, wie z. B. spielpädagogischen Materialien und Praxisbeispielen, wird die Zielgruppe besonders gut erreicht
- Herausforderungen stellt die Kommunikation mit den Teilnehmenden beispielsweise durch Sprachbarrieren dar
- Als Hürden für die Vernetzung mit Einrichtungen wurden eine geringe Priorisierung des Themenbereichs Ernährung und Lücken in kommunalen Unterstützungsstrukturen identifiziert

BESONDERHEITEN

- Multiplikator*innen werden aktiv zur Entwicklung der Formate eingeladen
- Die Informations- und Bildungsformate bleiben auch nach Abschluss der Projektlaufzeit kostenlos zugänglich
- Die Veranstaltungen sind kostenlos

KONTAKT

Silvia Monetti,
Verbraucherzentrale NRW e.V.;
Bereich Ernährung und Umwelt
Helmholtzstr. 19, 40215 Düsseldorf
E-Mail: gutes.essen@verbraucherzentrale.nrw
Tel: 0251 492-5333

Prof. Dr. Ulrike Johannsen,
Europa-Universität Flensburg
E-Mail: gesund-nachhaltig@uni-flensburg.de

Erfahren Sie mehr zum Projekt unter:
<https://www.verbraucherzentrale.nrw/gesund-essen-mit-kleinem-budget>

<https://www.uni-flensburg.de/?id=56753>