



# Entwicklung des Lehrgangs zur Jugend-ErnährungsmentorIn

E. Höld<sup>1</sup>, C. Winkler<sup>1</sup>, G. Karner<sup>1</sup>, P. Rust<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fachhochschule St. Pölten GmbH, Institut für Gesundheitswissenschaften, Studiengang Diätologie

<sup>2</sup>Universität Wien, Department für Ernährungswissenschaften

## Hintergrund und Zielsetzung

Das Projekt GAAS (= Projekt zur Förderung der Gesundheitskompetenzen von Jugendlichen, die sich nicht in Ausbildung, Arbeit oder Schulung befinden), durchgeführt von der FH St. Pölten und Universität Wien in Kooperation mit Produktionsschule spacelab und Nordrand Mobile Jugendarbeit, hat die Stärkung der Gesundheitskompetenzen von Jugendlichen im NEET-Status (= not in education, employment or training) zum Ziel. Um das Projektziel nachhaltig in der außerschulischen Jugendarbeit zu verankern, wurde eine ernährungsspezifische MultiplikatorInnenschulung für Personen mit psychosozialer Grundausbildung entwickelt, implementiert und evaluiert.

## Maßnahmenbeschreibung/Methodik



Abb. 1: Entwicklungsprozess des Lehrgangs Jugend-ErnährungsmentorIn

Um den Lehrgang zielgruppenspezifisch zu gestalten, wurde ein mehrstufiger Entwicklungsprozess mittels Mixed-Methods-Ansatz durchgeführt (siehe Abb. 1). Zur Evaluierung der Effektivität wurde ein prä-post-Vergleich des Ernährungswissens der Teilnehmenden mittels General Nutrition Knowledge Questionnaire (=GNKQ) durchgeführt (De Souza Silveira et al., 2015).

## Ergebnisse

Die Bedarfsanalyse zeigt, dass nur ein durchschnittliches Ernährungswissen bei Personen im sozialintegrativen Bereich vorhanden ist. Bezüglich der Lehrgangsgestaltung werden von der Zielgruppe praktische Inhalte für die Arbeit mit den Jugendlichen gewünscht z.B. preisgünstiges Einkaufen.

Aufbauend auf der Bedarfsanalyse wurde der berufsbegleitende Lehrgang Jugend-ErnährungsmentorIn konzipiert (siehe Abb. 2).



Abb. 2: Module des Lehrgangs Jugend-ErnährungsmentorIn

Sieben Teilnehmende konnten den Pilotlehrgang im Herbst 2017 mit einer signifikanten Zunahme ihres Ernährungswissens abschließen ( $p=0,017$ ; siehe Abb. 3).

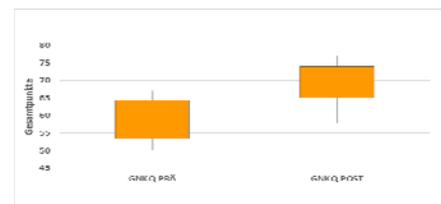


Abb. 3: GNKQ der Lehrgangsteilnehmenden (prä: n=10; post: n=8)

Evaluation II zeigt, dass die Teilnehmenden neue Kompetenzen wahrnehmen und diese in der Arbeit mit den Jugendlichen anwenden. Zur Lehrgangsoptimierung werden weitere Vertiefungen bei praktischen Inhalten und ein intensiverer interdisziplinärer Austausch von den Teilnehmenden genannt.

## Lernerfahrungen

Die Projekterfahrungen zeigen, dass ein großer Bedarf für eine MultiplikatorInnenschulung rund um das Thema Ernährung in der außerschulischen Jugendarbeit gegeben ist. Der Lehrgang Jugend-ErnährungsmentorIn füllt diese Lücke und steigert die Ernährungskompetenzen der Teilnehmenden. Die Teilnehmenden sind vor allem an praktischem Wissen im Bereich Ernährung, an erprobten Methoden für die Ernährungskommunikation sowie am interdisziplinären Austausch interessiert. Der Lehrgang motiviert und unterstützt Absolvierende, die erworbenen Kompetenzen in die Praxis umzusetzen und fördert das Bewusstsein für Gesundheitsthemen in der außerschulischen Jugendarbeit. Das überarbeitete Lehrgangskonzept wird ab März 2018 im Regelbetrieb als Kooperation der FH St. Pölten und Universität Wien angeboten.

Literatur: De Souza Silveira, R., Kratzstein, S., Hain, G., Mayer, F. & Carlsohn, A. (2015). Nutrition Knowledge Questionnaire – Modified and Validated for Use in German Adolescent Athletes. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 66, 1-4.  
Kontakt: Dr. Elisabeth Höld, Fachhochschule St. Pölten, Institut für Gesundheitswissenschaften, Studiengang Diätologie, [elisabeth.hoeld@fhstp.ac.at](mailto:elisabeth.hoeld@fhstp.ac.at)