Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 84
Datum: 19. Oktober 2026

Sachsen-Anhalt isst clever
Neues Projekt stärkt Familien mit praktischen Ideen für den Alltag

Armut kann sich auf viele Bereiche des Alltags auswirken. Auch die Ernährung gehört dazu und damit ein Bereich, der für Gesundheit und gutes Aufwachsen eine zentrale Rolle spielt. Zum Internationalen Tag für die Beseitigung der Armut am 17. Oktober macht die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. auf das Thema Ernährungsarmut aufmerksam und zeigt, wie niedrigschwellige Unterstützung Familien im Alltag erreichen kann.

Die Ernährung nimmt im Familienalltag eine zentrale Rolle ein. Das Zubereiten von Mahlzeiten und das gemeinsame Essen können für viele Familien ein schöner Alltagsmoment sein. Allerdings können Faktoren wie ein begrenztes Budget, steigende Lebensmittelkosten oder herausfordernde Lebenssituationen die Umsetzung einer ausgewogenen und gesunden Ernährung erschweren. Zugleich ist eine ausgewogene Ernährung für Kinder eine wichtige Grundlage für eine gesunde Entwicklung. Deshalb ist Ernährungsarmut auch eine Frage gesundheitlicher Chancengleichheit, denn alle Kinder sollten unabhängig von der finanziellen Situation ihrer Familie gute Voraussetzungen für ein gesundes Aufwachsen haben.

Doch wie kann es gelingen, gesunde Mahlzeiten mit einem geringen Budget umzusetzen? Genau hier setzt das dreijährige Projekt „Sachsen-Anhalt isst clever“ der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt, welches vom GKV-Bündnis für Gesundheit in Sachsen-Anhalt gefördert wird, an. In dem Projekt werden Familien künftig praxisnah in ihren Ernährungs- und Kochkompetenzen gestärkt. Dabei sollen Familien dort Unterstützung finden, wo sie bereits mit Freizeit- und Bildungsangeboten adressiert werden - in Familienzentren, Mehrgenerationenhäusern und Familientreffs im ganzen Bundesland.

Ernährungsfachkräfte vermitteln den Mitarbeitenden der Einrichtungen praxisnahes Wissen und unterstützen sie dabei, niedrigschwellige und alltagstaugliche Ernährungsangebote für Familien anzubieten. Dafür stehen ihnen ein Handbuch und ein mobiles Kochset zur Verfügung, das von der Auridis Stiftung gGmbH gefördert wird. So erhalten die Einrichtungen konkrete Werkzeuge, um gemeinsam mit Familien Ernährungs- und Kochkompetenzen praktisch zu stärken und Möglichkeiten für eine ausgewogene Ernährung auch bei begrenzten finanziellen Mitteln aufzuzeigen.

Ziel ist es, gesunde Ernährung für Familien unabhängig von ihrer finanziellen Situation leichter zugänglich zu machen. Gleichzeitig werden die Einrichtungen vor Ort gestärkt und nachhaltige Strukturen geschaffen, die Familien auch über die Projektlaufzeit hinaus dabei unterstützen, eine ausgewogene Ernährung in ihren Alltag zu integrieren.

Aktuell werden in ganz Sachsen-Anhalt geeignete Projekteinrichtungen ausgewählt und auf die Umsetzung vorbereitet. Die ersten Schulungen für die Mitarbeitenden der Einrichtungen sind für das

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Frühjahr 2027 geplant. Im Anschluss starten die ersten Ernährungs- und Kochangebote für Familien vor Ort.

Einrichtungen, Vereine und Initiativen, die mit Familien arbeiten und Interesse an einer Mitwirkung am Projekt haben, können sich weiterhin bei der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. melden.

Ihr Ansprechpartner: Chris Spiske, LVG, Telefon 0391 / 288 683 – 0, E-Mail: isst.clever@lvg-lsa.de