IN FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung

unser kita essen

Handout

Armutssensibel handeln in der Kita

Vielfalt in der Kita – Heterogene Elternschaft

Kinder, die eine Kindertageseinrichtung besuchen, stammen aus Familien mit ganz unterschiedlichen sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Hintergründen. Diese Vielfalt der Lebensrealitäten wird als „heterogene Elternschaft" bezeichnet. Sie spiegelt sich unter anderem in verschiedenen Erziehungsstilen, Wertesystemen und Alltagsstrukturen wider. In diesem Modul steht insbesondere der sensible Umgang mit Familien im Fokus, die armutsgefährdet oder von Armut betroffen sind – sowie die Frage, welche Rolle die Kita in diesem Zusammenhang einnehmen kann.

Armut in Deutschland – eine Realität für viele Kinder

In Deutschland gilt mehr als jedes fünfte Kind unter 18 Jahren als armutsgefährdet – das sind rund 2,88 Millionen Kinder und Jugendliche. Armut wird dabei nicht absolut, sondern im Vergleich zum allgemeinen Lebensstandard definiert. Wer über so wenig Einkommen verfügt, dass eine gesellschaftlich „normale" Lebensweise nicht möglich ist, gilt als relativ arm. Dies bedeutet vor allem eingeschränkte Möglichkeiten zur sozialen und kulturellen Teilhabe. Relative Armut beeinflusst die Entwicklungschancen von Kindern, etwa durch begrenzte Bildungszugänge, geringere soziale Vernetzung oder eingeschränkte Gesundheitsvorsorge.

Die Lebenssituation armutsbetroffener Familien zeigt sich in verschiedenen Bereichen: materiell (z. B. Wohnverhältnisse, Kleidung), bildungsbezogen (Zugang zu Förderung, Lernmaterialien), sozial (Teilnahme an Freizeitaktivitäten, soziale Integration) und gesundheitlich (z. B. Ernährung, Vorsorge). Während Fachkräfte in Kitas die materielle Lage kaum verändern können, ist ihr Einfluss auf Bildung und Gesundheitsförderung durchaus relevant. Die Kita ist ein zentraler Ort frühkindlicher Entwicklung und kann gezielt Teilhabe ermöglichen – insbesondere im Bereich Ernährung.

Ernährung als Herausforderung im Alltag

Ernährung ist ein zentraler Aspekt kindlicher Gesundheit und Entwicklung. Gleichzeitig sind gerade in armutsbetroffenen Familien gesunde Mahlzeiten häufig nicht selbstverständlich. Der Begriff „Ernährungsunsicherheit" beschreibt die Situation, in der Familien Schwierigkeiten haben, regelmäßig Zugang zu ausreichend und qualitativ angemessenen Lebensmitteln zu erhalten – oft bedingt durch finanzielle Engpässe oder fehlende Ressourcen. Besonders häufig betroffen sind Alleinerziehende sowie Familien mit drei und mehr Kindern.

Ernährungsunsicherheit kann sich schrittweise entwickeln: Anfangs steht die Sorge um ausreichende Nahrungsmengen im Vordergrund, später werden Qualität und Vielfalt reduziert. In schweren Fällen werden Mahlzeiten ausgelassen oder Familienmitglieder – häufig die Eltern – verzichten bewusst auf Essen zugunsten der Kinder. Gleichzeitig entwickeln viele Familien individuelle Strategien zur Bewältigung: gezielte Budgetplanung, saisonales Einkochen, Eigenanbau von Gemüse oder die Nutzung von Foodsharing-Angeboten. Dennoch zeigen Studien, dass häufig Produkte mit hohem Zucker- und Fettgehalt gekauft werden – begünstigt durch ein Überangebot stark verarbeiteter Lebensmittel in Supermärkten. Diese komplexe Ernährungsumgebung erschwert gesunde Entscheidungen und kann langfristig gesundheitliche Folgen wie Übergewicht und chronische Erkrankungen begünstigen.

Die Kita als Ort gesunder Ernährung und Bildung

Die Kita kann in diesem Zusammenhang eine wertvolle Ressource sein. Sie bietet nicht nur gesunde Mahlzeiten im Alltag, sondern vermittelt durch pädagogische Begleitung grundlegendes Wissen über ausgewogene Ernährung. Dabei ist ein sensibler, diskriminierungsfreier Umgang mit den Familien zentral. Wenn Kinder etwa kein Frühstück mitbringen oder das Essensgeld nicht regelmäßig gezahlt wird, sollte dies nicht zu Stigmatisierung führen. Vielmehr sollten alternative Lösungen angeboten werden – etwa ein gemeinsam organisiertes Frühstück oder Hinweise auf finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten wie das Bildungs- und Teilhabepaket (BuT).

Gerade in der Eingewöhnungszeit und bei ersten Begegnungen – z. B. in Tür-und-Angel-Gesprächen oder bei Elternabenden – können Fachkräfte einen vertrauensvollen Zugang zu Familien aufbauen. Ein offenes Ohr, ein wertschätzender Blick und niedrigschwellige Informationsangebote fördern diesen Prozess. In manchen Fällen kann auch die Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen hilfreich sein. Grundsätzlich ist eine gute Vernetzung im Sozialraum von Vorteil, insbesondere mit Beratungsstellen, Familienzentren und anderen lokalen Einrichtungen.

Zusammenfassend lässt sich festhalten: Ernährungsunsicherheit betrifft auch Familien in deutschen Kitas – häufiger, als auf den ersten Blick ersichtlich ist. Die Aufgabe pädagogischer Fachkräfte besteht darin, Teilhabe zu ermöglichen, Entwicklung zu fördern und Kinder wie Eltern empathisch und respektvoll zu begleiten. Eine Kita, die sich dieser Verantwortung bewusst ist, kann einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Chancengleichheit leisten.

Auf einen Blick

Hilfestellung für Veränderungsprozesse und für eine Weiterentwicklung der Qualität bietet das Qualitätsmanagement-Tool von Unser Kitaessen.

Bei Interesse am QM-Tool nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

www.unser-kitaessen.de/kontakt

Gefördert durch:

Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Für den im Jahr 2008 vom Bundeskabinett beschlossenen Nationalen Aktionsplan IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung – sind zwei Bundesressorts federführend zuständig: das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) im Bereich Ernährung und das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) im Bereich Bewegung. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.
Weitere Informationen unter: www.in-form.de