

# Gießener Allgemeine vom 11. Januar 2012

## Jeden Montag gibt es gesundes Essen

Der Jugendtreff Holzpalast kocht jetzt mit Lebensmitteln der Gießener Tafel



»Gemeinsam kochen, gemeinsam essen« ist das Motto im Jugendtreff.

(Foto: Schepp)

Gießen (pm). Montags wird gekocht im Holzpalast, und zwar schon seit Jahren. Jeden Montag um 18 Uhr steht der Jugendtreff des Diakonischen Werks in der Gießener Weststadt allen jungen Leuten offen, die gemeinsam eine Mahlzeit zubereiten und zusammen essen wollen. Das Angebot wurde schon immer sehr gut angenommen.

Neuerdings kommen die meisten Lebensmittel, die verarbeitet werden, von der Gießener Tafel. Damit gibt es beim Kochen jetzt viel mehr Möglichkeiten. Früher kamen vor allem Nudeln, Hamburger oder Schnitzel mit Pommes auf den Tisch. »Das Spektrum war begrenzt«, berichten Christina Braun und Christoph Balasch, die beiden Pädagogen im Jugendtreff. Die Zubereitung von frischem Obst und Gemüse scheiterte – leider – oft schon aus Kostengründen. Das sieht jetzt anders aus. Jeden Montag können Braun und Balasch eine Kiste mit Lebensmitteln von der Gießener Tafel holen.

Was sich darin befindet, zeigt sich erst beim Auspacken. Die Jugendlichen planen dann mit den Lebensmitteln das Gericht des Tages, wobei in der Regel nur wenige Zutaten wie Fleisch dazu gekauft werden. »Das

hat viele Vorteile«, erläutert Christina Braun, die auch Ökotrophologin ist. Die Jugendlichen lernen, mit den vorhandenen Lebensmitteln zurechtzukommen und daraus schmackhafte Mahlzeiten zuzubereiten – das ist auch im »richtigen Leben« wichtig. Dazu kommt, dass die Jugendlichen auch ihnen bisher unbekanntes Obst- und Gemüsesorten für sich entdecken können. Frischen Salat oder Obstsalat gibt es jetzt fast immer. »Wir profitieren sehr von der Zusammenarbeit mit der Gießener Tafel, schon weil das Angebot vielfältig und trotzdem kostengünstig ist«, sagt Christoph Balasch.

Der Jugendtreff Holzpalast ist nicht die einzige Einrichtung des Diakonischen Werks, die in dieser Form mit der Gießener Tafel kooperiert. Der Schülerclub der Gemeinwesenarbeit Gießen-West erhält seit fast zwei Jahren einmal pro Woche Lebensmittel von der Tafel. Damit wird den Grundschulkindern, die oft direkt nach der Schule zur Hausaufgabenhilfe kommen, täglich ein Mittagsimbiss zubereitet. Auch hier machen die Pädagogen die Erfahrung, dass die Kinder die Vielfalt und Abwechslung schätzen und vor allem zu Obst und Gemüse greifen.