

„Hip-Hop & Food“ – Workshops

Ein partizipativer Ansatz zur informellen
Ernährungsbildung in Settings der Offenen Kinder-
und Jugendarbeit



Bewerbung

für die **Förderung** und **Projektfinanzierung** eines
innovativen und fundierten **Workshop-Formats**
im Rahmen der Praxisforschung

Hip-Hop & Food – Das Konzept

Ernährungsmuster von jungen Menschen mit **niedrigerem sozioökonomischem Status** und aus bildungsfernen Milieus weichen bisher oftmals von einer gesundheitsförderlichen, klimafreundlichen und somit pflanzenbasierten Ernährung ab. Dies liegt unter anderem daran, dass die Zielgruppe durch Ernährungsbildung **zu selten erreicht** wird. *Denkhaus - Hip-Hop, Education & Food* geht daher neue Wege.

In eigens dafür konzipierten **Hip-Hop & Food-Workshops** werden junge Menschen in ihrer Lebenswelt **zielgruppengerecht** angesprochen und aktiviert. **Wissenschaftlich begleitet** und bereits mehrfach ausgezeichnet werden Hip-Hop und Ernährungsbildung miteinander verknüpft: Vier Tage lang wird in einer Einrichtung der **Offenen Kinder- und Jugendarbeit** gemeinsam gekocht, gerappt und Themen einer klimafreundlichen und

gesundheitsförderlichen Ernährung besprochen, angewendet und gelehrt. Am Ende steht ein gemeinsamer Song samt Musikvideo, das bei einer Premiere Familie und Freund*innen feierlich präsentiert wird.

Im Rahmen der Promotion von Paul Denkhaus soll der Ansatz in den nächsten drei Jahren zu einem **Multiplikator*innen-Konzept** weiterentwickelt sowie verschiedene Materialien angefertigt werden, damit langfristig gesehen der Projektansatz in möglichst vielen Einrichtungen zum Einsatz kommen kann.

Stets mit dem Ziel, zukünftig möglichst viele junge Menschen (8 - 13 Jahre alt) über das Medium Hip-Hop mit Inhalten einer gesundheitsförderlichen und **nachhaltigen Ernährungsbildung** zu erreichen und zu begeistern.

In a Nutshell

Bei dem deutschsprachigen Workshop-Konzept „*Hip-Hop & Food*“ werden wissenschaftlich begleitet Ernährungsbildung und Hip-Hop miteinander kombiniert.

Ziel ist es, junge Menschen zu erreichen, die bisher zu selten von Ernährungsbildung profitieren und dadurch die Zielgruppe für eine klimafreundliche Ernährungsweise zu begeistern.

Zielgruppe sind junge Menschen zwischen 8 - 13 Jahren aus tendenziell bildungsfernen Familien sowie Mitarbeiter*innen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit (Multiplikator*innen).

Ablauf: 4 Tage lang wird gemeinsam gekocht, gerappt und Themen der Ernährungsbildung behandelt. Am Ende wird ein gemeinsamer Song + Musikvideo produziert

Reichweite: Ein Workshop besteht aus ca. 10 - 15 Teilnehmer*innen. Die produzierten Videos werden anschließend einem größeren Publikum zugänglich gemacht und erreichen jeweils zwischen 400 - 600 Zuschauer*innen. I. d. R. werden folgend die Videos in den Klassen der Teilnehmenden gezeigt und die Inhalte dort weiterführend besprochen.

*#Service-Learning #Hip-Hop-Pädagogik #Jugendkulturarbeit
#Praxisforschung #PeerToPeer*



Didaktik – warum eigentlich Hip-Hop?

Das Workshop-Konzept ist ein **moderner Ansatz der Ernährungsbildung** und basiert auf den Grundsätzen der **Hip-Hop-Pädagogik** und **Jugendkulturarbeit**. Durch den Einsatz von Hip-Hop können zum einen Kompetenzen wie kreativer Selbstausdruck und politisch-gesellschaftliches Bewusstsein gefördert werden und zum anderen Vertrauen und Beziehung zwischen den Teilnehmer*innen und Pädagog*innen aufgebaut werden. Hip-Hop wird hier als „**Sprache der Jugendlichen**“ verstanden, über die insbesondere marginalisierte und diskriminierte junge Menschen erreicht werden können. Die Hip-Hop-Lernmittel basieren einerseits auf dem Prinzip der mnemonischen, also einer **gedächtnisstützenden**

Technik, den sogenannten Eselsbrücken, mit deren Hilfe die Merkbarkeit von Unterrichtsinhalten durch gereimte Sätze erleichtert wird. Andererseits beruht die Nutzung auf den **lernpsychologischen Dimensionen** von Emotionen und Ganzheitlichkeit. Den Workshop-Teilnehmer*innen wird Raum geboten, sich **kreativ** in ihrer Sprache und im aktiven Tun mit der eigenen Ernährung auseinanderzusetzen. Durch das Schreiben ihres ganz eigenen Songs sowie kreativem Ausdruck vor der Kamera **treten sie selbst in die Rolle der Expert*innen** und geben ihr Ernährungswissen an die Zuschauer*innen weiter (*Service-Learning*). **Spaß und Erfahrung** stehen bei all dem im Mittelpunkt!

„Hip-Hop als Medium der Ernährungsbildung wurde bei der **Berlin Science Week 2021** als eines der 25 kreativsten Projekte aus Wissenschaft und Forschung ausgezeichnet.“



„Hip-Hop als Medium nachhaltiger Ernährungsbildung - ein Rap-Vortrag“ - 1. Platz beim KlimaSlam 21 in der Urania Berlin.

<https://youtu.be/0Da6b9vc2EY>



Paul M. Denkhaus – Projektleiter

Paul M. Denkhaus (M.A.) ist 38 Jahre alt, gelernter **Koch**, **Sozialarbeiter**, **Lehrbeauftragter**, **Experte** für moderne Ernährungsbildung und Gründer von *Denkhaus - Hip-Hop, Education & Food*. Als Hip-Hop-Künstler hat er verschiedene Musik- und Videoproduktionen im Rahmen der formalen Ernährungsbildung angefertigt. Seine Expertise ist bundesweit in Schulen und pädagogischen Einrichtungen gefragt.

Referenzen/Zusammenarbeit u.a. mit:



„Leidenschaft für gutes Essen, Hip-Hop und soziale Themen – das sind die drei Zutaten, die das Erfolgsrezept von Paul Denkhaus ausmachen.“ (Good News Magazin)

Forschungsprojekt / Promotion

Das Projekt ist institutionell an die Europa-Universität Flensburg angebunden. Hier promoviert Paul M. Denkhaus zu dem Thema **„Nachhaltige Ernährung und Essen lernen in Settings der Kinder- und Jugendarbeit“**, betreut durch Frau **Prof. Dr. Heindl**. Die Dissertation ist im Rahmen der Praxisforschung verortet. Unter Einbezug partizipativer Forschungsmethoden wird ein funktionierender und exemplarischer Ansatz zur informellen Ernährungsbildung in Settings der Kinder- und Jugendarbeit entwickelt, bei dem *Hip-Hop als Medium einer nachhaltigen Ernährungsbildung* eine tragende Rolle zukommt.



Link zum Promotions- Exposé

www.denkhausmannsart.de/wp-content/uploads/2023/02/Promotions-Expose.pdf



Masterarbeit *„Hip-Hop als Medium der Ernährungsbildung“* von P. Denkhaus - **1. Preis** beim Healthademics-Wettbewerb der AOK

Projektpartner



Die Entwicklung und Erprobung des Workshop-Konzepts wird partiell durch das dreijährige **IN FORM**-Projekt "KlimaFood" unterstützt. KlimaFood entwickelt von 2021 bis Ende 2023 praxistaugliche und lebensweltnahe Ansätze zur Förderung gesundheitsfördernder und klimafreundlicher Ernährungskompetenzen. Im Fokus stehen dabei vulnerable Bevölkerungsgruppen, die bisher nur selten von Ernährungsbildung profitieren.

Weiterführende Informationen unter: www.uni-flensburg.de/evb/forschung/klimafood

**schul
umwelt
zentrum
berlin
mitte**

Nach einem sehr erfolgreichen Probelauf im Sommer 2022 sollen die geplanten Workshops im Jahr 2023 vor allem im Schul-Umwelt-Zentrum im Berliner-Wedding stattfinden. Das Schul-Umwelt-Zentrum Mitte bildet mit weiteren 14 Gartenarbeitsschulen ein „Netz grüner Lernorte“, in dem Kinder und Jugendliche lernen und Naturerfahrungen mit Pflanzen und Tieren sammeln können.

Weiterführende Informationen unter: www.schulumweltzentrum.de/

Das Team

Während der Workshops wird Paul M. Denkhaus von unterschiedlicher Seite tatkräftig unterstützt. Zentrale Beteiligte sind hierbei vor allem:

Birol Velioglu: Der gelernte Erzieher und Lehramtsstudent ist tief verwurzelt in der Berliner Hip-Hop-Kultur und außerdem ein begnadeter Hobby-Koch. Bei seiner Arbeit mit den Teilnehmer*innen greift Birol auf seine jahrelangen Erfahrungen innerhalb der Schulsozialarbeit zurück.

Paul Uhlig (Yeahimakemovies): Der Film - und Videoproduzent realisiert regelmäßig verschiedene Videoprojekte im Rahmen der Kinder- und Jugendkulturarbeit. Zuletzt insbesondere mehrere Kurzfilme mit Kindern aus einer Unterkunft für Geflüchtete. www.yeahimakemovies.com

Christian Förster: Groß- und Außenhandelskaufmann, Begründer der Flensburger Hip-Hop-Plattform *Waterkant Vibes*, Mediendesign für unterschiedlichste Künstler*innen, verschiedene Musikproduktionen unter anderem für die CD REMINITENZ in Zusammenarbeit mit dem Demenz Support Stuttgart.

Daniel Reinicke (Timelesscutproduction): Das Videoteam rund um Daniel Reinicke ist in Berlin bekannt für hochwertige Musikvideoproduktionen. Bei der Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen kommen Daniels eigene Erfahrungen als Breakdancer und Hip-Hopper allen zu Gute. www.instagram.com/timelesscutproduction



*Vor Ort wird die Arbeit zudem von Ehrenamtler*innen, FSJ-ler*innen, Bundesfreiwilligen und/oder Praktikant*innen zusätzlich unterstützt. Diese werden dem Ansatz nach als Multiplikator*innen verstanden und entsprechend miteinbezogen.*

Projektplan und -verlauf

In Zusammenarbeit mit **KlimaFood** hat im Herbst 2021 der „**Hip-Hop & Food**“-Pilotworkshop im Jugendzentrum Schleswig stattgefunden. 2022 folgten zwei weitere Workshops in Flensburg und Berlin. Auf Basis der neuen Erkenntnisse **wird bei jeder Iteration der Ansatz optimiert.**

Pro Jahr sollen **mindestens drei Workshops** durchgeführt werden. Die Praxisforschung endet aller Voraussicht nach in 2025.

Anfangs tritt Paul M. Denkhaus noch selber als Workshop-Leiter in Erscheinung. Im weiteren Verlauf liegt der Schwerpunkt dann auf der Entwicklung von **Workshop-Materialien** sowie der

Schulung von Multiplikator*innen, die folgend das Konzept in weiteren Einrichtungen autark durchführen können. Jeder Workshop wird evaluatorisch begleitet.

Für ein **ausdifferenziertes theoretisches Verständnis** wird anschließend das erhobene Datenmaterial im Rahmen der Promotion **inhaltsanalytisch ausgewertet.** Im Anschluss werden diese Ergebnisse in handlungspraktische Erkenntnisse und Leitlinien überführt.

Aktuell werden die **Sommer-Workshops 2023** geplant sowie erste Schritte für die Entwicklung eines **Multiplikator*innen-Konzepts** unternommen.

Ablauf „Hip-Hop & Food“-Workshop

(10 - 15 Workshop-Teilnehmer*innen)

1. Tag: Kennlernphase und Gruppenbildung, Einführung in das Thema *Hip-Hop & Food*, Crash-Kurs *Rap-Texte schreiben* und 1. Ideenfindung. Zwischendurch: Gemeinsames Ernten, Kochen und Essen.

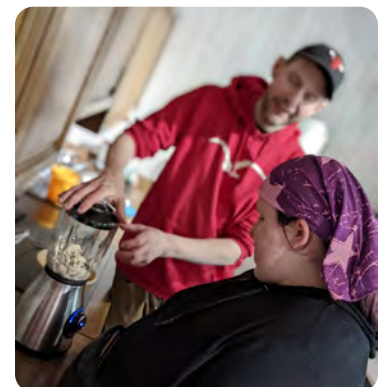
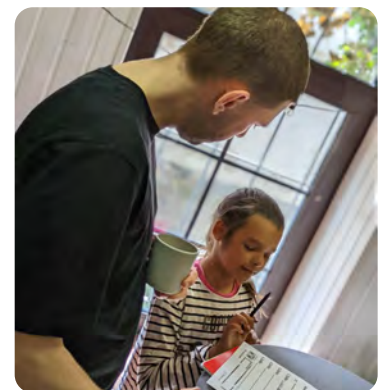
2. Tag: Kurzweiliger Input zum Thema *Ernährung u. Klimawandel*, Angebot verschiedener Lernstationen zum Thema gesundheitsförderliche u. klimafreundliche Ernährung, Rap-Texte schreiben u. proben. Zwischendurch: Ernten, Kochen und Essen.

3. Tag: Aufnahme des Songs, Planung des Videos und Angebot *Lernstationen*. Zwischendurch: Einkaufen, Ernten, Kochen und Essen. Im Nachgang editiert das Team den aufgenommenen Song.

4. Tag: Videodreh. Zwischendurch: Gemeinsames Kochen und Essen, inkl. Abschlussrunde. Im Nachgang: Postproduktion des Videos.

Ca. eine Woche später: Feierliche Premiere des Videos für Familie, Freund*innen und Mitschüler*innen. Das fertige Video wird den Teilnehmer*innen online zur Verfügung gestellt (Reichweite, ca. 400 - 600 Zuschauer*innen aus dem Umfeld der TN). Weiterführende Materialien werden zur Vertiefung der Inhalt in den Schulen ausgeteilt.

Geförderte Kompetenzen/vermitteltes Wissen: U.a. Entwicklung von Ernährungs- und Literalitätskompetenzen sowie Kreativität u. Teamwork; Fördern küchenpraktischer Fertigkeiten; Akzeptanz von vegetarischen Gerichten; Steigerung des Interesses am Kochen; Vermittlung von Grundwissen bzgl. Musikproduktionen u. Rap-Texte schreiben.

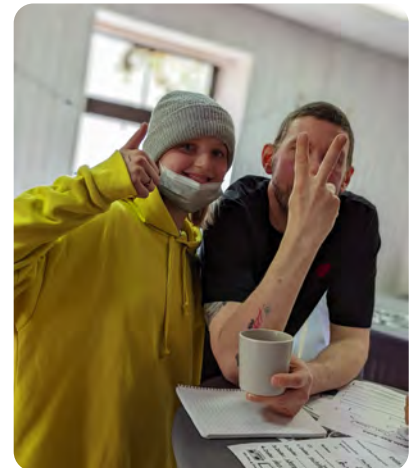


Proof of Concept

Nach bisher drei Workshop-Durchläufen lässt sich die prinzipielle Durchführung des Konzepts eindeutig positiv belegen. Dieses bestätigen die Auswertungen der teilnehmenden Beobachtungen durch die wissenschaftlichen Mitarbeiter*innen des IN FORM-Projekts KlimaFood (Europa-Universität Flensburg), der Befragungen der Teilnehmer*innen

und Interviews mit den Workshop-Anleitern. Weiter zeigt das Feedback der Einrichtungen und Lehrkräfte involvierter Schulen sowie fachliche Einschätzungen aus Sozial- und Ernährungswissenschaft das große Potenzial des Workshop-Konzepts.

Die bisherigen Workshops wurden von KlimaFood evaluativ begleitet (teilnehmende Beobachtungen, Interviews und Fragerunden). Erste Ergebnisse zeigen u.a. Chancen zur Kompetenzerweiterung durch die selbstständige Verarbeitung des Gelernten im Songtext, zum Erwerb küchenpraktischer Fertigkeiten, zur Steigerung des Interesses am Kochen und an vegetarischen Gerichten sowie Möglichkeiten zur niederschweligen Zielgruppenerreichung und Entwicklung von Ernährungskompetenzen.



„Hip-Hop & Food“ - ein partizipativer Ansatz zur informellen Ernährungsbildung im Setting Jugendzentrum. (Posterpreis der ERNÄHRUNGS UMSCHAU auf dem digitalen DGE-Kongress 2022)

„15 Kinder der 3. und 4. Klasse haben mit dem großartigen Paul Denkhäus rappen gelernt, geerntet, gekocht und viel über unsere Ernährung, Umwelt und Zukunft nachgedacht. Ergebnis ist der beste Song ever ‚Gesunde Erde‘, ein prä-apokalyptischer Appell an uns Alle: ‚Homies hört ihr?‘“ (Dr. J. Orsenne - Pädagogische Leitung Schul-Umwelt-Zentrum Berlin Mitte)

Beispiele: Workshop-Musikvideo



Krallengriff-Gang65
„Gesunde Erde“



<https://youtu.be/ZDbh4HaS6>



Rap-Food-Stars
„Gönn dir!“



https://youtu.be/xhSzOdhW_3M



AvocaYos
„Gönn dir 2.0“



www.uni-flensburg.de/fileadmin/content/abteilungen/ernaehrung/bilder/klimafood/goenn-dir.mp4



Kontakt

Denkhaus - *Hip-Hop, Education & Food*

Ansprechpartner: Paul M. Denkhaus

Dorotheenstr. 31 - 24939 Flensburg

+49 1624789381

kontakt@denkhausmannsart.de

www.denkhausmannsart.de

Denkhaus
Hip-Hop, Education & Food