

## PRESSEINFORMATION

7. Mai 2024

### **Das Rezept zum Glücklichsein: Die „stjg is(s)t gut!“**

Die Stuttgarter Jugendhaus Gesellschaft (stjg) bereitet ihre fünfte Themenwoche vor. Ab dem 13. Mai heißt es fünf Tage lang überall in Stuttgart: die „stjg is(s)t gut“. Bis zum 17. Mai laden die stjg-Einrichtungen in vielen Stadtteilen generationenübergreifend alle Stuttgarter:innen zum gemeinsamen Probieren, Entdecken, Genießen und Bewegen ein. Über allen Aktionen steht die Frage: „Was kann ich tun, damit es mir gut geht?“ Zum Abschluss der Themenwoche findet am 17. Mai mitten in der Stadt auf dem Kleinen Schlossplatz eine gemeinsame Veranstaltung statt – mit einem kostenlosen Programm für Groß und Klein.

---

Essen beeinflusst nicht nur unsere Gesundheit, sondern auch die Umwelt und unsere Gemeinschaft. Mit „stjg is(s)t gut“ möchte die Stuttgarter Jugendhaus Gesellschaft den Fokus auf gesunde Ernährung, Nachhaltigkeit und Gemeinschaftssinn legen. Im Zeitraum vom 13. bis 17. Mai finden in den stjg-Einrichtungen viele Aktionen zum Thema Essen und Wohlbefinden statt. Dabei sind alle Sinne gefragt: Was schmeckt gut, was liegt mir im Magen? Kann man Glück riechen? Wie funktioniert achtsames Essen und Handeln? Welche Rolle spielen Bewegung und Selbstfürsorge? Der gemeinsame Austausch und das Genießen stehen im Vordergrund – jede/r Besucher:in darf sich einbringen.

Seit 2019 organisiert die stjg jährlich eine Aktionswoche mit einem Thema, das besonders relevant für die stjg und Stuttgart ist. „Wir sehen tagtäglich in unseren Einrichtungen, dass gutes Essen viel bewirken kann: es verbindet Kulturen, überbrückt Barrieren, bringt Fremde zusammen und schafft Gemeinschaft“, sagt stjg-Geschäftsführer Clemens Kullmann. „Die Frage, wie wir unsere Besucher:innen aus allen Kulturen und aus allen Generationen in unseren Einrichtungen gemeinsam an einen Tisch bekommen, beschäftigt uns seit jeher – ich freue mich, dass dieses wichtige Thema bei der diesjährigen Aktionswoche aufgegriffen wird“, stellt Kullmann heraus.

Am 17. Mai lädt die stjg zur Abschlussveranstaltung auf den Kleinen Schlossplatz ein: Dort bringen die stjg-Mitarbeiter:innen von 14:00 bis 18:00 Uhr Rezepte und Tipps zum Glücklichsein mit – und feiern die fünfte Themenwoche zum Mitmachen, Austauschen, Genießen und Wohlfühlen. Um 14:30 Uhr führt die Gesundheitspuppenbühne das Stück „Tim und Tom – Die Ernährungspyramide“ auf. Der Eintritt ist frei.

Termine und Veranstaltungen der stjg-Themenwoche finden Interessierte unter folgendem Link: <https://stjq.de/wer-wir-sind/themenwoche>

#### **Hintergrund:**

Die stjg versteht sich als Sprachrohr für (junge) Menschen in Stuttgart und ist in der Landeshauptstadt mit einem einzigartigen Netzwerk aus sozialen Einrichtungen präsent– von der Kita über Stadtteil- und Familienzentren bis zum Kinder- und Jugendhaus. Seit 2019 widmet sich dieses Netzwerk mit über 900 Mitarbeiter:innen eine Woche lang gemeinsam einem ganz

besonderen Thema. Einrichtungsübergreifend entwickeln die Teams Ideen und Angebote, die in der Aktionswoche der Stuttgarter Öffentlichkeit präsentiert werden und zum Mitmachen einladen.

2019 stand das Thema Partizipation im Mittelpunkt, 2020 ging es unter dem Motto „stjg goes green“ um ökologische Bildung, 2022 hieß es „stjg spielt“. Im letzten Jahr wurden „Zukunfts(t)räume“ entworfen.

---

Rückfragen [regina.schmalz@stjg.de](mailto:regina.schmalz@stjg.de) 0711 – 237 28 221

