



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Gesunde Ernährung im Schulkindalter

Ratgeber



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Ernährung als wichtiges Thema

Warum?





Quantität

Einrichtungen der non-formalen Bildung (Stand 2012)

- Insgesamt 42.300 Plätze
- Anzahl der in Rechnung gestellten Mahlzeiten 4.606.314

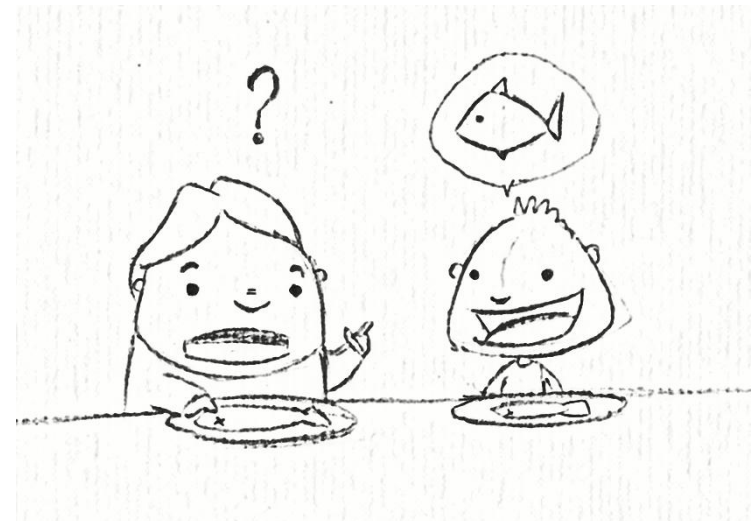
(Rapport d'activité Ministère de la Famille 2012)



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Orte an denen Kinder LERNEN

Kinder **lernen essen**, wo regelmäßig gegessen wird: Zuhause und immer häufiger in den Einrichtungen





Es gibt viel zu tun, packen wir es an!

AG „Gesond iessen an der non-formaler Bildung“

- Vertreter Ministerien und Praxis (Pädagogik, Küche, Fortbildung, Ernährung)
 - Austausch und Zusammenführen von: Wissen, Kompetenzen, Erfahrung, ...
- ➔ Auch Inhalte für Ratgeber, Fortbildungen, ...



Work in Progress...

Bedarfsanalyse Ratgeber und Fortbildungen

- Auswertung „less dech fit“ (Fortbildung, Pilotprojekt 2010)
- Interviews (2012): Anne asbl (elisabeth-Kannerberäich), Arcus asbl, Äre Resto sarl, Caritas Jeunes et Familles asbl, Croix-Rouge Maisons relais/Crèches asbl + CR-Service sa, Compass (Eurest), Culinaris (Dussmann), Inter-Actions asbl, Sodexo, Ville de Luxembourg



Work in Progress...

Fazit: Anbietervielfalt = Konzeptvielfalt

- Viele gut durchdachte Konzepte
- Schwierigkeiten **UND** viele kreative Lösungsansätze
- Identifikation von „Problemzonen“



Thema: Esssituation

Wenig „**Spiel**“-Räume für Kinder

- Zeit- und Raumprobleme
- pädagogische Betreuung versus Beaufsichtigung
- Autonomie versus Verhaltensregeln
- Zeit für spielen, sich bewegen, sich ausruhen, faulenzen,....



Thema: Ernährungswissen

- In der Grundausbildung war/ ist Ernährungswissen oft kein Thema.
- Persönliche Erfahrungen als Grundlage für Planung der Mahlzeiten und pädagogisches Handeln
- Unterschiedlicher Wissensstand Erzieher + Köche



Thema: Mahlzeitenangebot

- Verbindliche **Richtlinien** zur Orientierung fehlen
- Instrumente zur praktischen Umsetzung fehlen

Aber: erprobte individuelle Konzepte, die laufend weiterentwickelt werden



Rollen und Aufgaben des Personals

Erzieher und Köche (**personenunabhängig!**)

- planen und arbeiten zusammen um gemeinsame Ziele zu erreichen.
- Kommunizieren nach innen und außen.
- sind sich bewusst, dass sie einen Bildungsauftrag haben.
- nehmen ihre Vorbildfunktion bewusst wahr.



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Thema HACCP

Unsicherheiten

→ Handreichung „Hygiène et sécurité alimentaire“



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Work in Progress...

Ratgeber + Fortbildungen

Wissenschaftlich fundierte Basis (Pädagogik, Ernährung) zur Orientierung

→ individuelle settingorientierte Konzepte sind weiterhin möglich



Work in Progress...

„Philosophie“

- Essen als wichtiger Teil des Alltags
- Essen als soziale Handlung ist immer in einem soziokulturellen Kontext zu verstehen





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Work in Progress...

„Philosophie“

- Ernährungskompetenzen fördern
- Erleben, dass Ernährung + Gesundheit + Wohlbefinden zusammenhängen

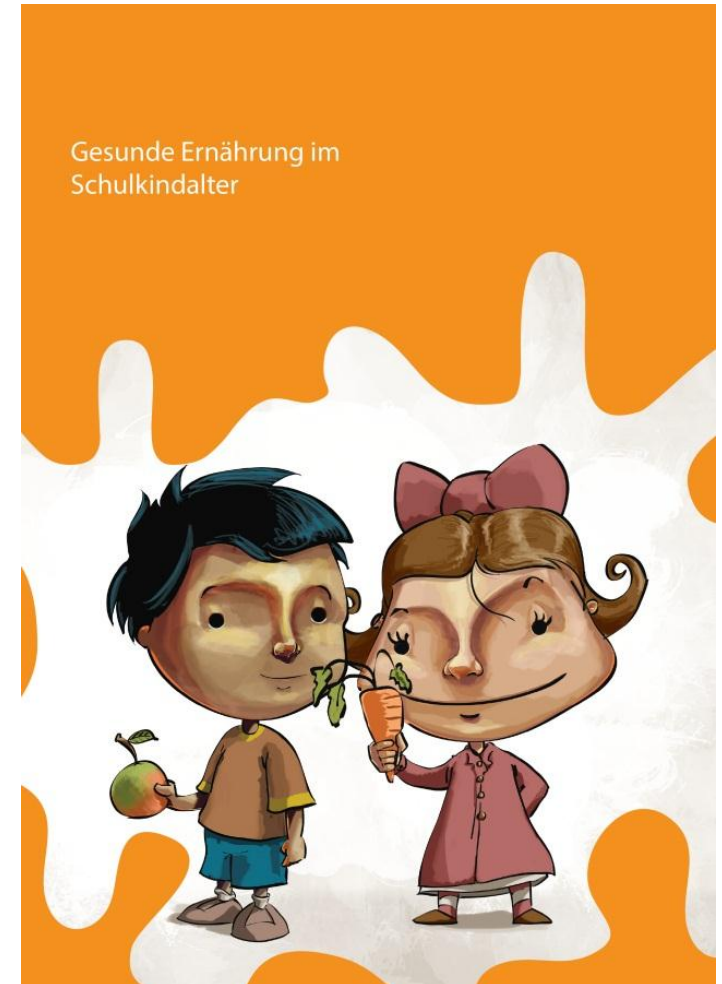




LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Ratgeber

- Ringbuch in 2 Sprachen
- Zielgruppe
Erzieher und Köche
- RATgeber: keine Vorschriften,
Handlungsspielräume





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Essen lernen als Prozess

„gesundes“
Angebot



Lernprozesse
werden
unterstützt

kindgerechte
Esssituation



Inhaltsverzeichnis

- **Das Angebot**
ausgewogen, abwechslungsreich,
kindgerecht
- **Die Esssituation**
- **Essen lernen**
Einflussfaktoren
Lernprozesse





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

- **Die Lebensmittelgruppen**

Extras

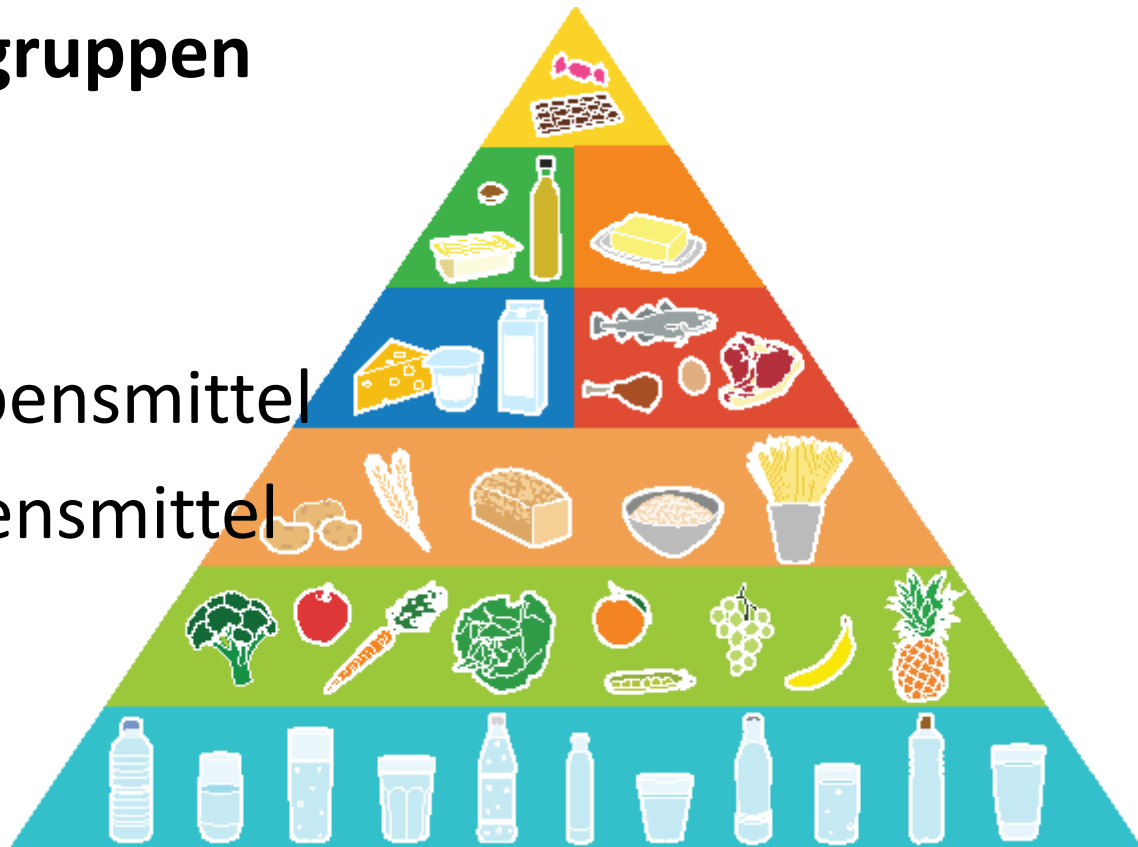
Fette, Öle

Proteinhaltige Lebensmittel

Stärkehaltige Lebensmittel

Obst, Gemüse

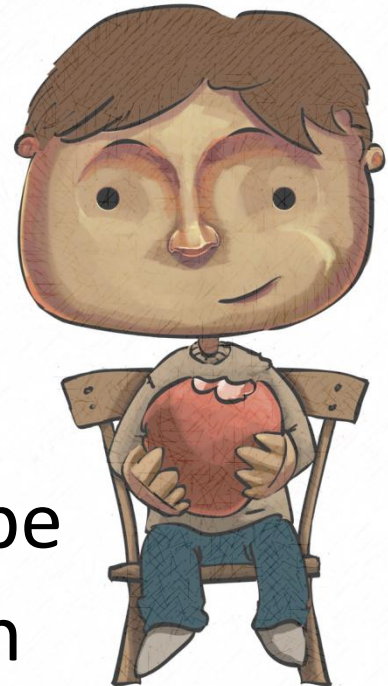
Wasser





Beispiel Gemüse

- Warum? Liefert Vitamine
- Qualität? Frisch + TK
- Physiologischer Bedarf nach Altersgruppen
 - Alltagsmaß 1-2 Hände
 - Portionsgrößen roh, gekocht als Suppe
 - Frequenztabelle: 20 Mal in 4 Wochen





Beispiel Gemüse

Das kindgerechte Gemüseangebot

- Gemüse ist immer Hauptbestandteil einer Mahlzeit nicht Beilage
- 2 Gemüsesorten verschiedene pro Tag
- nicht „verstecken“





Beispiel Gemüse

- **Einflussfaktoren**

Aversion für bitter, sauer,

Mere Exposure Effekt, Vorliebe für Süß, ..

- **Imitationslernen**

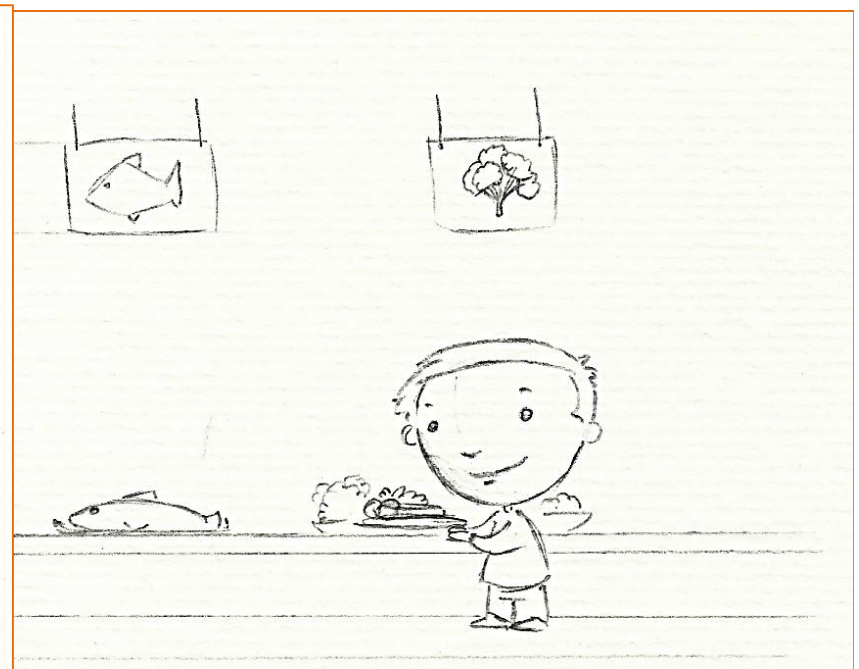
- **Essen mit allen Sinnen**





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

- **Baukastenprinzip**





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

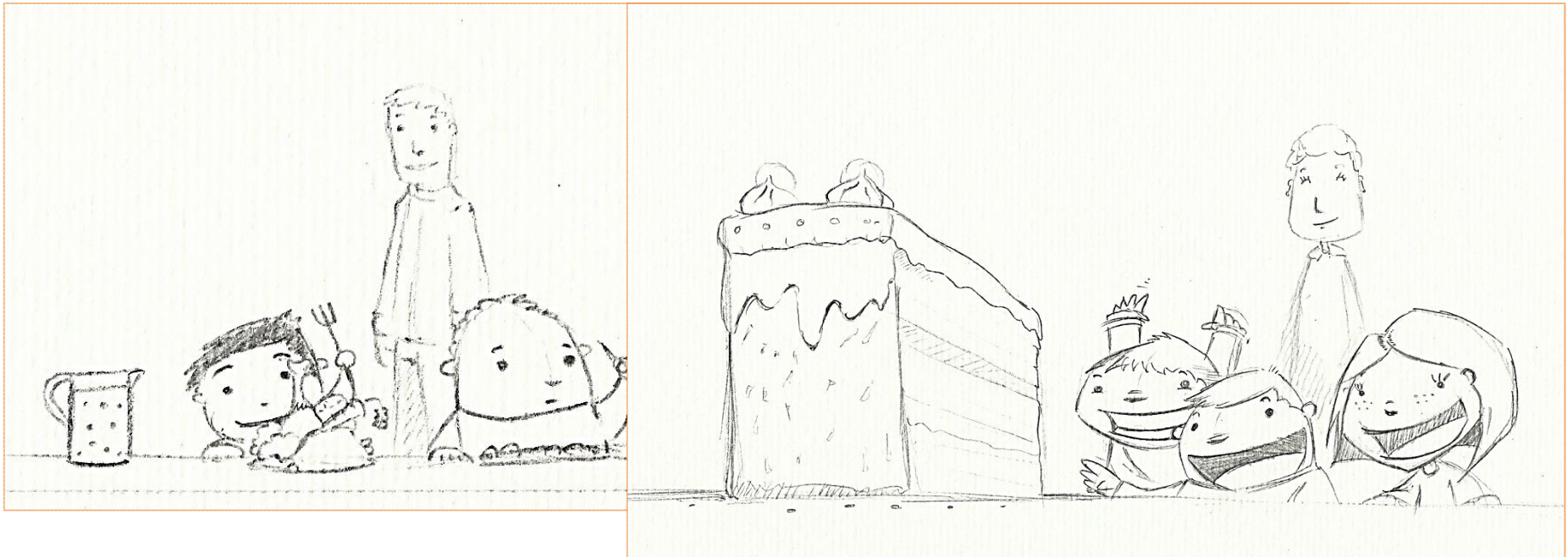
- **Neues kennenlernen**





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

- **Wertschätzende Interventionen**





LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Merci!



All Zeechnungen vum Sven Roehler