

ERNÄHRUNGSBILDUNG

**im Kontext
schulischer Gesundheitsförderung**

von

**Gertraud Reisinger,
Fachinspektorin für Werken,
Ernährung u. Haushalt an APS**

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Die schulische Realität

Gehen wir davon aus:

*Ernährung ist neben Bewegung die wichtigste Säule der Gesundheit.
Gesundheit ist ein gesellschaftspolitisches Anliegen!*

Stellen wir die schulische Realität gegenüber.

Abgesehen von Projekten und autonomen, ressourcenbedingten

Möglichkeiten:

In der Allgemeinen Pflichtschule findet sich nur in der HS ein Fach mit Ernährungsbildung: „Ernährung und Haushalt“ in der HS, und da mit nur 2-3 Std. in 4 Jahren! Keine Std. in der AHS, Keine in der VS.

Außer den facheinschlägigen Richtungen findet auch in den berufsbildenden mittleren u. höheren Schulen keine Ernährungsbildung statt.

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Lebensstilkonzepte

Gehen wir davon aus:

Es ist ein gesellschaftliche Anliegen, dass Menschen Lebenskonzepte haben, die sie gesund erhalten - wie Bewegung und gesunde Ernährung

Welche Unterrichtsfächer vermitteln die Kompetenzen dafür?

ERNÄHRUNGSBILDUNG

als wirkungsvolle
Präventionsmaßnahme

Gehen wir davon aus:

Die Fettwelle rollt. Jedes 4. Kind ist übergewichtig, 12% adipös, 23% der Frauen und 24% der Männer leiden unter Fettsucht. Rasante Zunahme von Diabetes, ernährungsbedingten chronischen Erkrankungen, Essstörungen usw.

Wie reagiert die Schule darauf? (nicht der/die einzelne Lehrer/in – die tun ihr Bestes!)

Wie reagiert Schule als System? Ernährungsbildung und Bewegung sind die einzige wirkungsvolle Prävention!

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Schulbuffet / Pausen

Gehen wir davon aus:

Schüler lieben Mac's und King's, übersüßte Getränke, fett-süße Naschereien, eben die Spitze (!) der Ernährungspyramide.

Wie begegnet die Schule der Problematik?

Ist das Schulbuffet, sind die Pausen die gesundheitsförderliche Lebenswelt? Entsprechen Zeit, Dauer, Rahmen und Angebote?

Die Angebote sind meist vordergründig nach wirtschaftliche Interessen ausgerichtet. Die „Gesunde Ecke“ am Buffet, wenn vorhanden ist wahrlich im Eck! Die dankenswerten Bemühungen Einzelner, die Situation zu verbessern, bestehen meist solange, wie deren Kraft und Energie reicht!

ERNÄHRUNGSBILDUNG

handlungsorientiert

Gehen wir davon aus:

Wir brauchen ausgewogene Ernährung, nährstoffreich, schonend zubereitet, bedarfsentsprechend, saisonal, schmackhaft, usw.

Dass man Bewegung nicht theoretisch erlernt, ist klar. Aber bitte Ernährung nicht minder! Nachhaltige Ernährungsbildung baut wissenschaftliche Untersuchungen belegen es - auf

1. **Praktisches Lernen:** Ernährung, Essen u. Trinken mit allen Sinnen erfassen, erleben (bearbeiten, schmecken, riechen..)
2. **Kontinuität**
3. **Einbindung** von **Familie** und **Freunden!**

ERNÄHRUNGSBILDUNG

ist
Verbraucherbildung

Gehen wir davon aus:

Es gibt einen Angebotsdschungel, es gibt massive Interessen der Ernährungs- und Genussmittelindustrie an jungen Verbrauchern.

Der Löwenanteil der Werbung betrifft Essen und Trinken und ist ausschl. auf Gewinnorientierung aus - ohne Rücksicht auf Gesundheit.

Schafft Schule die Kompetenzen für gute Entscheidungen?.

Z.B.: Die Lebensmittel-Kennzeichnung: Was steht drauf, was ist drin?

Oder Nahrungsergänzung: Braucht man das alles?

Was ist BIO? Schmääh oder Chance?

Die Verbraucherbildung führt zu mündigen Konsumenten.

Die Frage drängt sich auf: Hat das System Schule überhaupt daran Interesse, wenn es dafür weder Fächer noch Stunden gibt?

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Investition in Prävention

Gehen wir davon aus:

Das Gesundheitssystem ist schwer finanzierbar.

Investitionen in Prävention sind kostengünstiger und humaner als die Behandlung ernährungsbedingter Erkrankungen.

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Bildungsausgaben entlasten Gesundheitssystem

Gehen wir davon aus:

Handlungsbedarf ist gegeben.

Ohne Ernährungsbildung können die notwendigen Veränderungen nicht herbeigeführt werden.

Daher:

Wo Ernährungsbildung vorhanden, wie z.B. das Fach Ernährung und Haushalt, darf diese nicht auf die Untergrenze gesetzt werden.

Beim Essen in der Schule (Buffet, Mittagsangebote) muss die Qualität angehoben werden.

ERNÄHRUNGSBILDUNG

**auf allen Schulstufen,
in allen Schularten**

Generelle Einführung von

- Ernährungsbildung auf **allen Schulstufen, in allen Schularten.**
- Ernährungsbildung in die Lehrerbildung.

Es ist an der Zeit, zu handeln.

In diesem Gesundheitsjahr mögen viele Schritte in diese Richtung getan werden.