



Schulverpflegung zwischen Schülerorientierung und Gesundheitsförderung

hogatec Düsseldorf 2010

Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW
Wulf Bödeker und Dörte Wehmöller

gefördert durch:



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

Ministerium für Umwelt und Naturschutz,
Landwirtschaft und Verbraucherschutz
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für
Schule und Weiterbildung
des Landes Nordrhein-Westfalen



Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

Das erwartet Sie:

1. Vorstellung der Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW
 2. Untersuchungen zur Schulverpflegung
 3. Wie Kinder essen lernen
 4. Gesellschaftlicher Wandel und verändertes Essverhalten
 5. Gesunde Verpflegung im Lebensraum Schule
- Anhang: Maßnahmen für die Gestaltung der Schulverpflegung



Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

Ausgangssituation

- ✓ wachsende Bedeutung der Schulverpflegung
 - Schulreformen
 - kontinuierlicher Ausbau von Ganztagschulen
- ✓ Verpflegungssituation in Schulen häufig nicht attraktiv
 - „zu viel, zu fett, zu süß“ → kein empfehlungsgerechtes Mahlzeitenangebot
 - geringe Akzeptanz/niedrige Teilnahmequoten
 - unzureichende Verpflegungsstrukturen
- ✓ Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
 - deutlicher Trend zu Übergewicht und Adipositas
 - Bewegungsmangel
 - gestörtes Essverhalten
 - Fehl- und Mangelernährung



Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

Nationaler Aktionsplan **IN FORM**

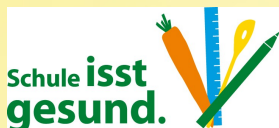
- ✓ **Gesundheitsförderung für alle**
 - ✓ Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens in Deutschland
- ✓ **Lebensqualität und Leistungsfähigkeit**
 - ✓ Kinder wachsen gesünder auf
 - ✓ Erwachsene leben gesünder
- ✓ **nachhaltige Strukturen schaffen: die Handlungsfelder**
 - ✓ Bund, Länder und Kommunen als Vorbild
 - ✓ Information über Ernährung, Bewegung und Gesundheit
 - ✓ „IN FORM“ macht Lust auf Bewegung
 - ✓ **Gesund ernähren außer Haus (!)**
 - ✓ Impulse für die Forschung



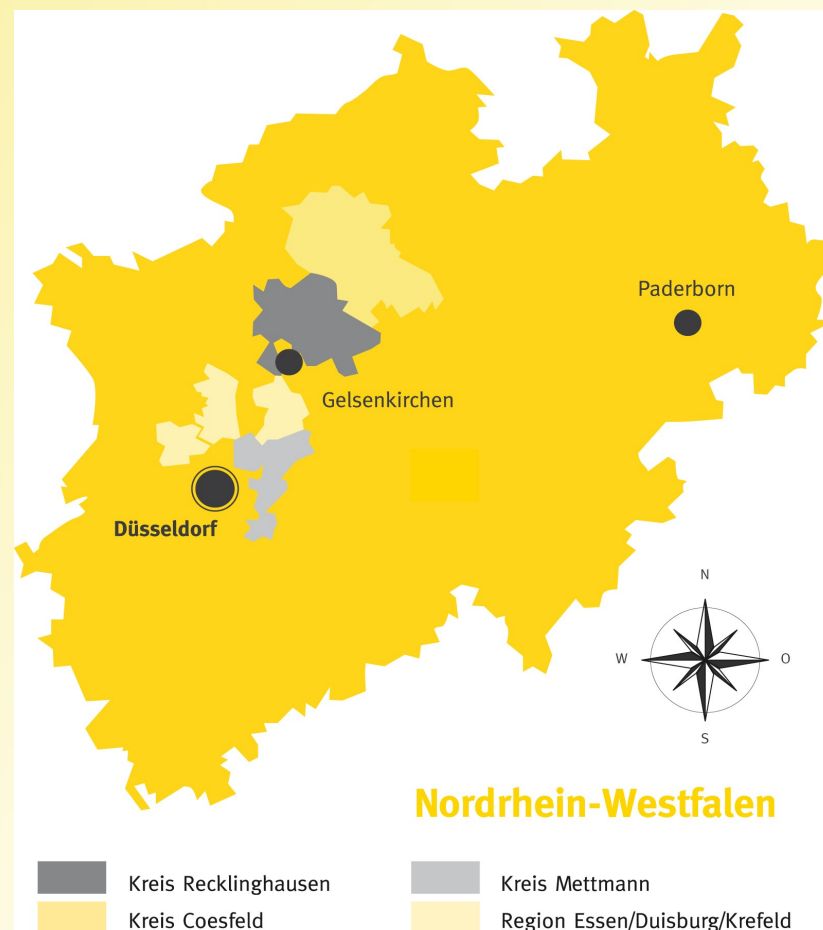
Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

Wer wir sind

- ✓ Trägerin VZ NRW
- ✓ landesweit arbeitendes interdisziplinäres Team
- zentrale Koordination mit schulfachlicher Anbindung in Düsseldorf
- Regionalstellen in Gelsenkirchen und Paderborn
- Modellregionen „Schule isst gesund“



- unterstützt durch MA der VZ NRW



2. Untersuchungen zur Schulverpflegung

geringe Beteiligung zwischen 10% und max. 50% einer Schülerschaft, mit **zunehmendem Alter** stark zurückgehende Essenszahlen

- a) **Lülf-Baden, Spiller 2006 und 2008**: Befragung von 1991 Schüler und Schülerinnen der Klassen 5 bis 13 aus verschiedenen Schulen und Schulformen;
Ergebnisse u. a.:
- signifikant schlechtes Abschneiden der Schulmensen bei der Kundenzufriedenheit im Vergleich zu anderen Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung
 - kein messbarer Einfluss durch die **Art des Verpflegungssystems** und des Betreibermodells auf die Gesamtzufriedenheit
 - **Geschmack und Qualität** des Essens: höchster Einfluss auf die jugendliche Kundenzufriedenheit
- b) **Lülf-Baden, Spiller 2007**: Befragung von 1001 „Nichtkonsumenten“;
Ergebnisse u. a.:
- **Image** des Mensaessens extrem negativ bei „Nichtkonsumenten“
 - starker Einfluss der **peer group**
 - **Preise** für die Schüler/innen weniger ausschlaggebend als für die Eltern



2. Untersuchungen zur Akzeptanz

c) **Winkler und Deumert 2007**: Befragung in 15 Schulen der Regierungsbezirke Stuttgart und Tübingen; Ergebnisse u. a.:

- **gutes Klima und freundliche Atmosphäre** in der Küche und der Essensausgabe
- überwältigender Wunsch **nach Flexibilität** bei der Bestellung und Angebotsauswahl, vor allem im Hinblick auf ältere Schülerinnen und Schüler
- Beteiligung der Schülerinnen/Schüler bei der Raum- und Speiseplangestaltung
- Einbindung der Schulverpflegung in das **Schulleben**, Mensa als **Kommunikationsraum**

d) **Nestlé-Studie 2010** „So is(s)t Schule“: Befragung von 750 Ganztagschülern/innen der Sekundarstufen in der gesamten BRD; Ergebnisse u. a.:

- jugendliche Einstellung **nicht** per se gegen gesunde Ernährung gerichtet
- häufig nicht überzeugende sensorische Qualität bei der Warmverpflegung
- jugendlicher Geschmack **polysensorisch**: folglich muss das Essen gleichermaßen gut schmecken, riechen und aussehen!
- überwältigende Mehrheit für ein Essensbüfett mit **freier Komponentenwahl**



3. Wie Kinder essen lernen

Was ist uns **angeboren** oder wird durch **die Mutter** mitgegeben?

- Primärbedürfnisse Hunger, Durst und Sättigung (Innenreize)
- genetische Präferenz für süß
- In-utero-Programmierung und postnatale Prägung durch die Muttermilch

T. Ellrott 2007:

Essgewohnheiten werden überwiegend durch **soziale und kulturelle Rahmenbedingungen** gesteuert (Außenreize) und die **vererbten Vorlieben** überformt.

Mere exposure effect

d. h. wir essen nicht, was wir mögen, vielmehr mögen wir, was wir essen.



Spezifisch-sensorische Sättigung

d. h. Esslust lebt von der Beschränkung oder „Das hängt mir zum Halse raus“.

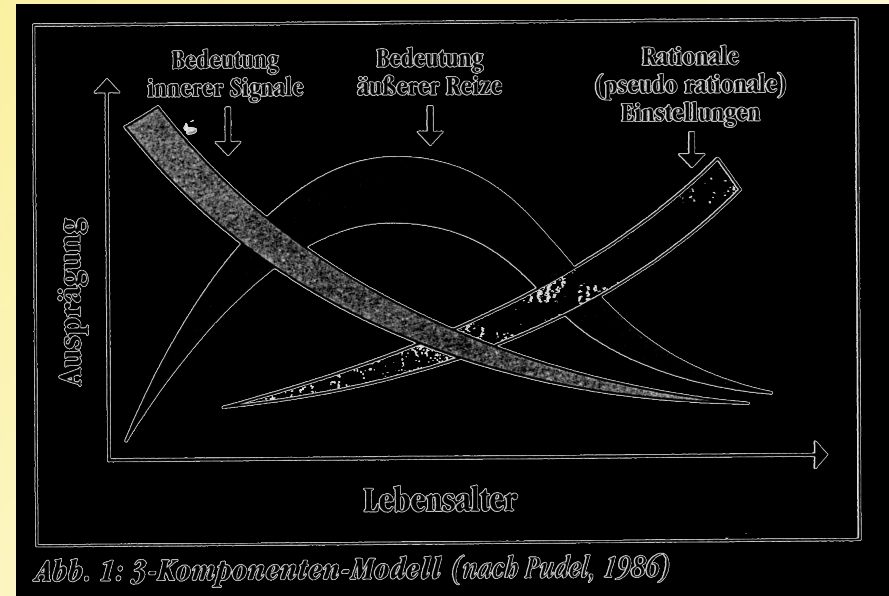


Geschmack bildet sich überwiegend im Kindesalter

- vorwiegend durch Imitationslernen und positive Verstärkung
- durch Gewohnheiten von Eltern und anderen Bezugspersonen (Außenreize)
- aus dem Angebot üblicher Speisen im sozialen und kulturellen Umfeld
- anhand der Verfügbarkeit von Lebensmitteln
- erlernter Geschmack kann überformt werden

Neophobie und Aversionen

Mit zunehmendem Alter treten die Innenreize in den Hintergrund und werden von Außenreizen abgelöst.



Ernährungstipps, die kontraproduktiv wirken:

- „Iss nicht so viel Schokolade, davon wirst Du dick!“
- „Iss Deinen Teller leer!“
- „Es wird gegessen, was auf den Tisch kommt!“
- „Iss lieber gesundes Obst, statt der vielen Süßigkeiten!“



Einige Wahrheiten aus der Ernährungswissenschaft:

- Eine restriktive Ernährungserziehung führt – vor allem bei Jugendlichen - meist zum gegenteiligen Effekt!
- Die Einteilung der Nahrungsmittel in ‚gesund‘ und ‚ungesund‘ ist wissenschaftlich überholt!
- Hohe Nahrungsmittelaufnahme, geringe körperlicher Bewegung, extensiver Medienkonsum fördern Übergewicht!
- Stress und Alkohol können das Essverhalten stören.
- Essen nebenbei, z. B. während des Fernsehens setzt das Kontrollvermögen herab.



4. Gesellschaftlicher Wandel und verändertes Essverhalten

Gesellschaftlicher Wandel:

- **Desinstitutionalisierungsprozesse** seit den 70er Jahren auch in der Familie!
- **Asynchrone Tagesabläufe** durch veränderte Arbeits- und Lebensverhältnisse
- Folgen nicht nur sozialer Disparitäten: **Erosionen** in der familiären Sozialisation
- **zurückgehende Kompetenzen** bei der Essenszubereitung

Streitfrage: Verführte Jugend oder Trendsetter einer zukünftigen Generation?

Verändertes Essverhalten bei Kindern und Jugendlichen:

- **Entritualisierung der Mahlzeiten**
- **individualisiertes Essverhalten**
- Präferenzierung von Fastfood, Fingerfood und Convenienceprodukten
- Essen als Gelegenheit, Freunde zu treffen
- kulturelle, religiöse, milieubedingte und geschlechtliche Differenzierungen



5. Gesunde Verpflegung im Lebensraum Schule

In der Praxis häufig **Zielkonflikt** zwischen der **ernährungsphysiologischen Bewertung des Essens** und der **Akzeptanz durch die Schüler**:

Lösungen unter den beteiligten Akteuren (Schulträger, Schule, Caterer/ Essenslieferant, u. U. Küchenteam, Mensaverein) **gemeinsam** suchen

Schritt für Schritt auf den Weg machen...

Einvernehmliche Lösungen vor Ort finden im Sinne von **„governance“**

- soziokulturelle, religiöse, alters- und geschlechtsspezifische Voraussetzungen berücksichtigen
- Essgewohnheiten behutsam durch gesunde und vielfältige Angebote erweitern
- Mix aus gesundheitsförderlichen und attraktiven Angeboten – auch unter Berücksichtigung der Angebote der Zwischenverpflegung – finden



Versorgung ist nicht alles!

Das heißt konkret ...

- Kinder und Jugendliche als noch **suchende, zunehmend selbstständig agierende „Konsumenten“** mit individuellen Gewohnheiten und Vorlieben
- Realisierung **individueller und altersgemäßer Verpflegungsformen und Essvorlieben**
- Beteiligung/Befragung der Schüler/innen
- Realisierung neuer Formen der **Raum-/Mensagegestaltung**
- **individuelle Lösungen**, die die personalen, schulischen und lokalen Gegebenheiten vor Ort berücksichtigen und einbeziehen
- Marktcheck umliegender Essens- und Verpflegungsangebote
- **Integration von Zwischenverpflegung und Mittagsverpflegung**: Versorgung möglichst aus einer Hand!
- Integration von **Ernährungsbildung** in **Schulprogramm, Ganztagskonzept, Unterricht** (Fächer u.a. Sachunterricht, Hauswirtschaft, Sport, Biologie)
- Maßnahmen zur **Imageverbesserung** bei der Schüler- und Elternschaft, Verbesserung der **Identifikation mit der eigenen Schulmensa**



Schule hat Bildungs- und Erziehungsauftrag in Sachen Ernährung!

Schulverpflegung eingebunden in Konzept eines **integrativen Gesundheitskonzeptes** (WHO)

Erfolge haben durch ...

- mehr Leistung und Ausgeglichenheit
- **Identifikation** mit der Schule
- Förderung des **Schulklimas** und des sozialen Miteinanders
- Ermöglichung **zwangloser Kommunikation** zwischen allen Akteuren
- **Entschleunigung** des Schulalltags, Abbau von **Stress**
- Wissen z. B. um Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit, Kalorienbedarf und Bewegung, Speiseauswahl und ökologische Folgen
- Reflexion des eigenen Ernährungsverhaltens

B. Methfessel 2004:

„Welche andere Alternative bietet aber eine solche Kombination von befried(ig)ender Tätigkeit, relativ ungezwungenem Zusammensein (...) und Kommunikation wie die Mahlzeit. Schulen nutzen die Sozialisations- und Enkulturationswirkung des gemeinsamen Ess-Prozesses leider nicht.“



**Vielen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit!**

www.schulverpflegung.vz-nrw.de



Anhang: Maßnahmen für die Gestaltung der Schulverpflegung

Verbesserungen der Akzeptanz und Ansätze einer Berücksichtigung von Interessen der Schüler/innen in den Bereichen:

- a) **Speiseangebot und Speiseplangestaltung**
- b) **Verpflegungsorganisation**
- c) **Multifunktionale und altersgerechte Mensagestaltung**
- d) **Ernährungsbildung in Mensa, Unterricht, Projekten und Aktionen**
- e) **Schulprogramm und Gestaltung des Ganztags**



a) Speiseangebot und Speiseplangestaltung

- Speiseangebote schrittweise optimieren
- kind- bzw. jugendgerechte Präsentation des Essens
- kind- bzw. jugendgerechte Benennung der Speisen
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Speiseplangestaltung
- Rückmeldemöglichkeit zum Speiseangebot
- individuelle Festlegung der Portionsgröße und Möglichkeit des Nachschlags
- mindestens zwei Auswahlessen, möglichst freie Komponentenwahl
- immer ein vegetarisches Gericht
- bei Fleischgerichten Alternative zu Schweinefleisch
- Obst- und Gemüserohkost, verzehrfertig präsentiert
- kostenloses Wasser (Wasserspender)



b) Verpflegungsorganisation

- Aushängen des Speiseplans
- Vermeiden langer Wartezeiten
- schülerfreundliches Abrechnung- und Bestellsystem
- Beteiligung der Schüler/innen
- Einplanung von genügend Zeit für das Essen
- Öffnung der Mensa für Nichtesser

Jüngere Schüler/innen:

- feste Tischgruppen,
- gemeinsamer Essensbeginn und gemeinsames Abräumen

Ältere Schüler/innen:

- Möglichkeit für Spontanessen
- Ausgaben wie Free flow, Buffettwagen, Salat- oder Nudelbar
- ergänzende Snacks, Brötchen, Kuchen, etc.
- Projekte wie „Schülerrestaurant“, etc.
- Schülerfirmen



c) Multifunktionale und altersgerechte Mensagegestaltung

- Trennung nach Altersgruppen
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Gestaltung
- Maßnahmen zur Akustikdämpfung und Lärmbekämpfung, Musik zur Entspannung
- Multifunktionale Nutzungsmöglichkeit der Mensa
- Möblierung mit „Cafe“-Ambiente

Jüngere Schüler/innen:

- freundliche helle Atmosphäre

Ältere Schüler/innen:

- eher indirekte Beleuchtung und jugendgemäße Einrichtung
- mediale Angebote durch Fernseher, Großbildschirm und Hotspot
- abgetrennte Sitzgruppen
- Öffnen der Mensa als Aufenthaltsraum für Oberstufenschüler/innen



d) Ernährungsbildung in Mensa, Unterricht, Projekten und Aktionen

- Einbindung/Unterstützung des Verpflegungskonzeptes durch außerunterrichtliche Aktionen und Projekte, z. B.
- Ernährungsbildung in Unterrichtsvorhaben benachbarter Fächer
fächerübergreifende Ernährungsbildung, Projektarbeit, Themenwochen, etc.
- Mensaregeln: unter Beteiligung von Schüler/innen entwickelt, gut sichtbar ausgehängt
- Rituale für Jüngere
- gemeinsames Essen von Schüler/innen und Lehrer/innen



e) Schulprogramm und Gestaltung des Ganztages

- Entwicklung des Konzeptes der Schulverpflegung im Rahmen des Ganztags-/ Schulprogramms
- Rhythmisierung des Schultages unter Berücksichtigung biologischer Gesichtspunkte
- Beteiligung der Schüler/innen bei der Gestaltung und Organisation der Schulverpflegung, Integration in ein Konzept sozialer Mitverantwortung
- Einbeziehen der Eltern
- Werbung/Kommunikation für die eigene Mensa
- Partnerschaften und Sponsoring
- Teilnahme der Schule an Förderprogrammen und Wettbewerben zu den Themenbereichen Gesundheit, kulturelle Bildung, Bewegung, Gestaltung, etc.

Konzept einer **gesunden und schülergerechten Schulverpflegung**

- als Identifikationsmöglichkeit, zur Stärkung der Schulgemeinschaft, als Beitrag der Qualitätsentwicklung der Schule, etc.
- als Beitrag der Qualitätsentwicklung der eigenen Schule
- für die Außendarstellung in der Öffentlichkeit, im Wettbewerb anderen Schulen, als „Werbeargument“ für zukünftige



mit
Schüler/innen