

Optimierung der Gemeinschaftsverpflegung im Setting Volksschule

9. Symposium zu Kinder- und Jugendgesundheit
Wien, 12. Oktober 2022

Mag.^a Christine Gelbmann
www.richtigessenvonanfangan.at



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 **SV** Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

 **Österreichische
Gesundheitskasse**

„Richtig essen von Anfang an!“

Ein nationales Gesundheitsförderungsprogramm

- im Jahr 2008 ins Leben gerufen
- zur Förderung einer gesunden Ernährung von Anfang an
- Zielgruppen
 - Schwangere & Stillende**
 - Kinder im Alter von 0 bis 10** und ihre Bezugspersonen
- Auftraggeber:innen
 - AGES GmbH, BMSGPK, DVSU, ÖGK (operative Umsetzung)

Kooperation mit ÖGK im Bereich SCHULVERPFLEGUNG seit 2021



„Richtig essen von Anfang an!“

Vielfältige Informations- und Beratungsangebote

Bereits 1 Million Menschen erreicht!



 **Nationale Empfehlungen**



 **Infomaterialien**

 **Bundesweite Koordination**



© igor stevanovic/Shutterstock.com

 **Fachkräfte-Fortbildungen**



© New Africa/Shutterstock.com

 **Eltern-Workshops**

 **Vernetzungstätigkeit**

 **Anfragenservice**

 **Wiss. Erhebungen**

usw.

Gesunde Gemeinschaftsverpflegung (GV)

ist wichtiges politisches Ziel



Ziel 7 (Auszug): „Alle Menschen müssen Zugang zu hochwertigen, regionalen und saisonalen Lebensmitteln erhalten.“

Aus diesem Grund braucht es u.a. in Kindergärten, Schulen, Betrieben, Krankenhäusern und Seniorenheimen **gesundheitsförderliche Verpflegungsangebote.**“

[BMSGPK, 2022]



u.v.a.

Stellenwert der Gemeinschaftsverpflegung (GV) & Besonderheiten des Settings Schule

Triebfedern der GV: Demografische Entwicklungen, gesellschaftlicher Wandel

- ↑ Singlehaushalte
- Beruf: ↑ Mobilität, ↑ Berufstätigkeit Frauen
- Veränderung „klassischer“ Mahlzeitenstrukturen

↑ ganztägig geführte Schulen

Besonderheiten des Settings Schule:



© Inspiring/Shutterstock.com

- Zeitfenster: Kindheit bis Jugend, Schulpflicht
- Ernährungswissen vermitteln + durch attraktive, gesundheitsfördernde Verpflegungsangebote untermauern
- Gesundheitsfördernde GV kann zu mehr gesundheitlicher Chancengerechtigkeit beitragen

Nachmittagsbetreuung in Österreich

Statistik & Zahlen, Schuljahr 2020/21

- Im Schuljahr 2020/21 besuchten in Ö 347.531 Schüler:innen die **Volksschule**
 - davon nahmen 97.396 an der Nachmittagsbetreuung der Schule teil

→ entspricht: **28 %**



- Zusätzlich zur „schulischen Nachmittagsbetreuung“ übernehmen **Horte** oder andere altersgemischte Betreuungseinrichtungen die Betreuung am Nachmittag

– + 49.702 Kinder (6 – 9 Jahre)

→ **kombinierte Kinderbetreuungsquote: 42,6 %***)

*) gemessen an der gleichaltrigen Wohnbevölkerung

[STATISTIK AUSTRIA, 2021]

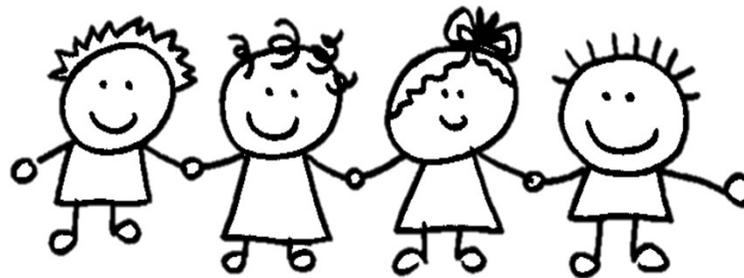
Besonderheiten der Zielgruppe

(Volks-)Schüler:innen als Kund:innen der GV

Bedarfsgerechte Ernährung
für gesunde Entwicklung u.
gesundes Wachstum

Höherer Bedarf an Nährstoffen
im Vgl. zu Erwachsenen
(bezogen auf Körpergewicht)

Körperliche u. geistige
Leistungsfähigkeit



© AGES/Irene Wallisch

Freude am Essen
wichtig

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen!

Kindgerechte Zubereitung u.
Darreichung, altersangepasste
Portionsgrößen

Ausbildung u. Prägung von
Ernährungsgewohnheiten,
Geschmackspräferenzen

etc.

Verpflegungsangebote & -anbieter:innen

Unterschiedlich von Schule zu Schule

Mittagessen



© WavebreakMediaMicro – stock.adobe.com

- Gasthaus
- Catering
- Großküche
- Ortsansässiger Kiga...
- etc.

Automaten



© Inspiring/Shutterstock.com

- Externer Betrieb, z. B. Getränkehersteller, Buffetbetrieb
- Schulintern organisiert

Jause von zu Hause



© Natalia Klenova – stock.adobe.com

Schulbuffet



© AGES/Christine Gelbmann

- Klassisches Schulbuffet
- „Fliegender“ Händler, z. B. Bäckerei
- Unregelmäßiges Angebot, z. B. EV*

Nationale Empfehlungen für die Schulverpflegung



© HighwayStarz - stock.adobe.com



Umsetzung einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen

Ausführliche Begleitinformationen zur Checkliste für die Schulverpflegung



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Leitlinie Schulbuffet

Empfehlungen für ein gesundheitsförderliches Speisen-
und Getränkeangebot an österreichischen Schulbuffets



Aktuell in Überarbeitung

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Empfehlung der Nationalen Ernährungskommission

Arbeitsgruppe: Gemeinschaftsverpflegung
Österreichische Empfehlung für das Mittagessen in der Schule
einstimmige Annahme



Checkliste mit Anforderungen für die Umsetzung einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen

Trifft in Ihrer Schule eine der folgenden Anforderungen zu, setzen Sie in der Spalte „Check“ ein Häkchen (✓)

1 GRUNDSÄTZLICHES ZUR SCHULVERPFLEGUNG	Check
1.1 Verpflegungsangebote allgemein	
Anforderung	
Es gibt Mittagsverpflegung an der Schule bzw. die Möglichkeit in der näheren Umgebung in einer Gemeinschaftsverpflegungseinrichtung Mittag zu essen.	
Die Mittagsverpflegung richtet sich nach den in Österreich vorhandenen Empfehlungen (Österreichische Empfehlung für das Mittagessen in der Schule ² bzw. Empfehlung des Bundeslandes, falls vorhanden und umfassender).	
Das Jausenangebot orientiert sich an der Leitlinie Schulbuffet ¹ .	
Etwaig vorhandene Getränke- und Snackautomaten sind nach den Kriterien der Leitlinie Schulbuffet ¹ befüllt.	
Entnahmestellen für Trinkwasser sind vorhanden (z. B. Waschbecken in der Klasse und Bereitstellung von Trinkbehältern, Trinkbrunnen in Speiseräumen oder Aula).	
Erlaubnis und Motivation im Unterricht Wasser zu trinken.	

sowie eigene Kriterien in manchen Bundesländern

Verhältnisorientierte Maßnahmen

zielen auf die Veränderung von (Lebens-)Verhältnissen & Strukturen

Beispiel: Lebensmittelbasierte Mindestanforderungen für Mittagessen, Jause etc.

Auszug: Österreichische Empfehlung für das Mittagessen in der Schule (NEK-Empfehlung)

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit (in 20 Verpflegungstagen)	Beispiele	Zubereitungsempfehlung
Gemüse und/oder Salate 	Mindestens 20 x Davon: Mindestens 8 x Rohkost bzw. Salat	Gemüsecremesuppe, Gemüselasagne... Gurkensalat, Rote Rübensalat...	Nährstoffschonend und fettarm (z. B. Dampfgaren) Dressings selbst zubereiten

[vgl. BMSGPK, 2020]

Weitere Beispiele:

- Gestaltung des Speiseraums und der Essenssituation
- Altersgerechte Bezeichnung der Speisen
- Verpflichtende Bio-Quote
- Schaffung von Strukturen, z. B. Installation Verpflegungsteam

Verhaltensorientierte Maßnahmen

zielen auf die Veränderung des individuellen Verhaltens



© Sunny studio/Shutterstock.com



© Sunny studio/Shutterstock.com

- = **Mehr** als die Integration des Themas Ernährung in den Unterricht
- Vielfältige Möglichkeiten & unterschiedliche Zielgruppen:
 - Thema Ernährung fächerübergreifend behandeln
 - unterschiedliche Sinne ansprechen
 - „außerschulische“ Erfahrungen/Erlebnisse
 - Medienkompetenz stärken
 - Einbindung von Eltern, z. B. Gesunde Jause, Getränke
 - Weiterbildungsmöglichkeiten für Personal, das mit dem Thema Verpflegung betraut ist

Nudging wirkt

Die „günstige“ Entscheidung fällt unbewusst leichter

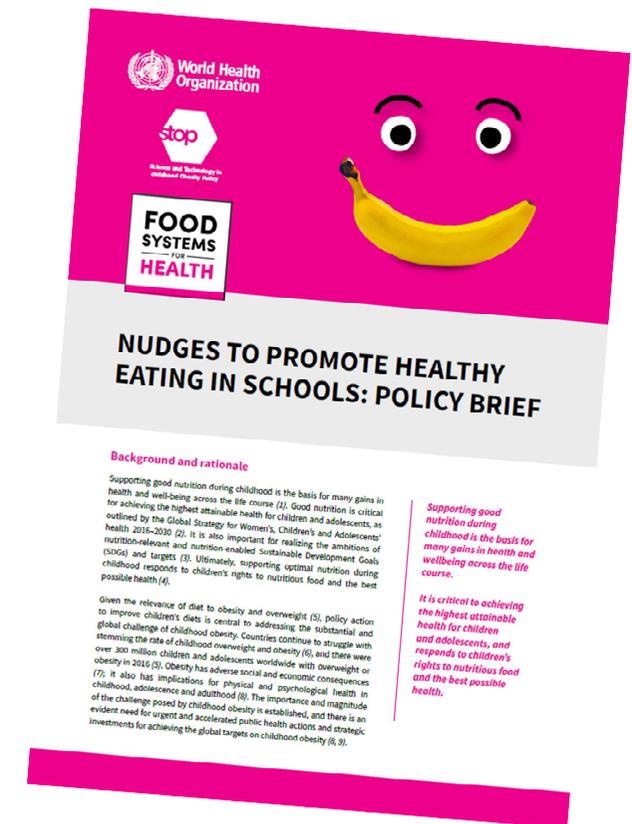
Systematischer Review

Using Nudges to Promote Healthy Food Choices in the School Dining Room



© WavebreakMediaMicro - stock.adobe.com

- Positive Auswirkungen auf die **Speisenauswahl** von Kindern (n = 17 Studien)
- 11 Studien: signifikante Verbesserung des **Verzehrs günstiger Lebensmittel bzw. Speisen**, v. a. durch folgende Maßnahmen:
 - Änderung der Servierreihenfolge
 - Erhöhung der Attraktivität u. Verfügbarkeit gesunder Optionen
 - Erhöhung der Vielfalt
 - attraktive Kennzeichnung der Ziellebensmittel



Literatur

- Adam S, Pfannes U, Rossi CD. Nudging in Ernährungsberatung und Gemeinschaftsgastronomie. Zwischen Verhaltens- und Verhältnisprävention. Ernährung im Fokus 2019; 4:326-331.
- BMSGPK (Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz). Österreichische Empfehlung für das Mittagessen in der Schule. 2020. https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:9528c2f6-a8f0-41f5-bf6b-676cd2b4c397/%C3%96sterreichische%20Empfehlung%20f%C3%BCr%20das%20Mittagessen%20in%20der%20Schule_BMSGPK%20CD.pdf
- BMG (Bundesministerium für Gesundheit). Leitlinie Schulbuffet – Empfehlungen für ein gesundheitsförderliches Speisen- und Getränkeangebot an österreichischen Schulbuffets. Auflage 2015. https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:f50ed732-0bcb-49f5-9a70-6346b07d8e9d/leitlinie_schulbuffet_20150619.pdf
- Bundesgesetz vom 13. Juli 1955, betreffend die Grundsätze für die Errichtung, Erhaltung und Auflassung der öffentlichen Pflichtschulen (Pflichtschulerhaltungs-Grundsatzgesetz), BGBl. Nr. 163/1955. <https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=10009231>
- Earl L, Lalli GS. Healthy meals, better learners? Debating the focus of school food policy in England. British Journal of Sociology of Education 2020; 41(4): 476-89.
- Kroke A, Jansen C, Depa J, Sladkova V, Buyken A. Public Health Nutrition-Perspektiven auf das Handlungsfeld Schule. Ernährungs Umschau 2020; 1:M32-39.
- Marcano-Olivier MI, Horne PJ, Viktor S, Erjavec M. Using Nudges to Promote Healthy Food Choices in the School Dining Room: A Systematic Review of Previous Investigations. J School Health 2020; 90: 143-157.
- Parnham JC, Chang K, Millett C, Laverty AA, von Hinke S, Pearson-Stuttard J, de Vocht F, White M, Vamos EP. The Impact of the Universal Infant Free School Meal Policy on Dietary Quality in English and Scottish Primary School Children: Evaluation of a Natural Experiment. Nutrients 2022; 14(8): 1602.
- Pfefferle H, Hagspihl S, Clausen K. Gemeinschaftsverpflegung in Deutschland – Stellenwert und Strukturen. Ernährungs Umschau 2021; 8: M470-83.
- REVAN. Umsetzung einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in Schulen – Ausführliche Begleitinformationen zur Checkliste für die Schulverpflegung 2021b. https://www.richtigessenvonanfangen.at/download/0/0/4be46c703955c365e781857b09bdf9ecdaa8efc7/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/REVAN_Checkliste_Schulverpflegung_Begleitdokument_BF_08_2021_final.pdf
- STATISTIK AUSTRIA. Schulstatistik 2020/21: Schüler:innen. 2021. <https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/bildung/schulbesuch/schuelerinnen>
- WHO (World Health Organization). Nudges to promote healthy eating in schools: policy brief. 2022. <https://www.stopchildobesity.eu/wp-content/uploads/2022/06/9789240051300-eng.pdf>



Von der Theorie in die Praxis...



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen



Österreichische
Gesundheitskasse

Optimierung der Gemeinschaftsverpflegung im Setting Volksschule

Gesundheitsförderung, Prävention und Public Health,
Veronika Klinger, Diätologin



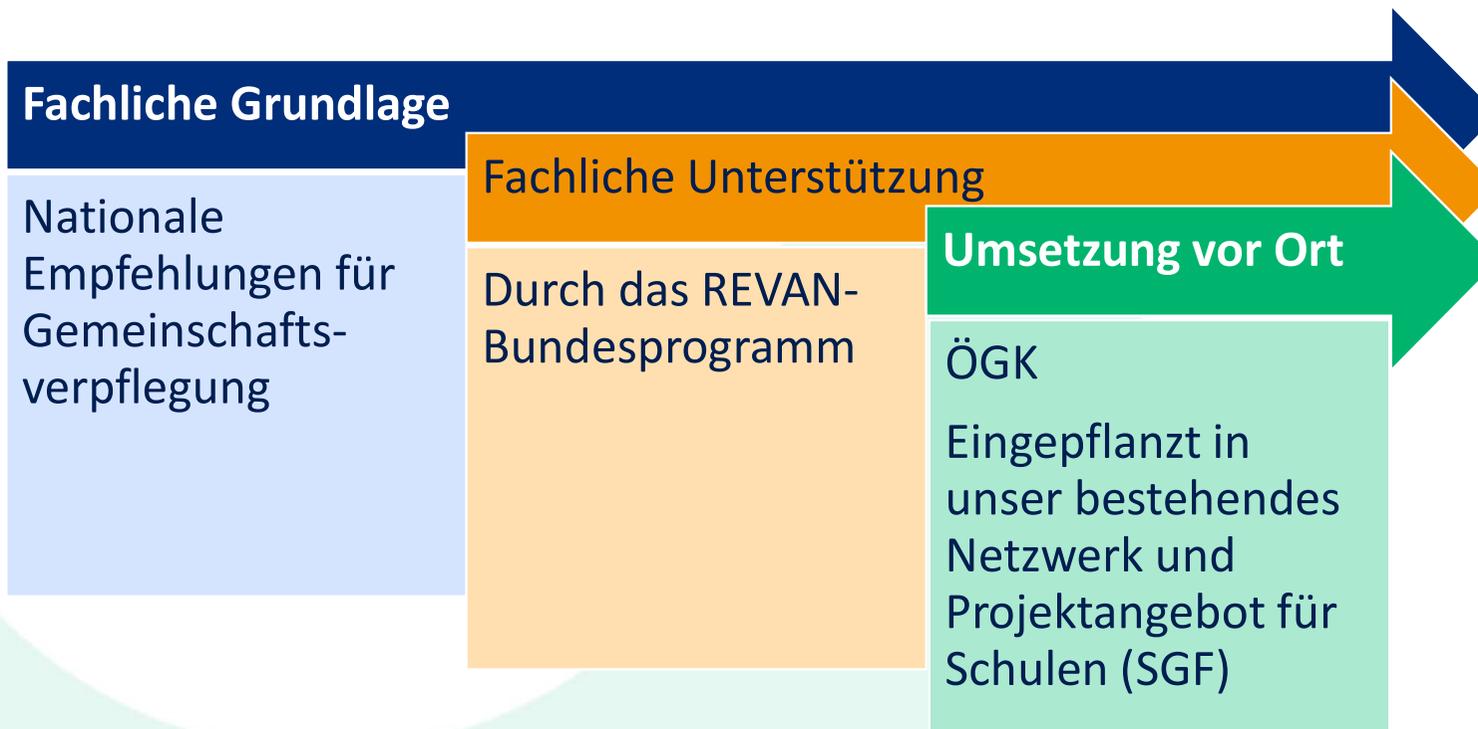
12.10.2022

Von den Grundlagen zur Praxisanwendung

Wie kommt das gesunde Essen ins Kind?



Bauen auf einer fachlich stabilen Basis



Gesundheitsförderung, Prävention und Public Health

Themenfelder

Lebenswelten, Daten und Evidenz

Lebensstile

Gesundheitsförderung in Lebensphasen

Prävention

Impfprogramme, Wissenschafts-basierung und Methodenkompetenz

- Kinderkrippe/-garten
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Verein
- **Schulische Gesundheitsförderung**
- usw.

Psyche

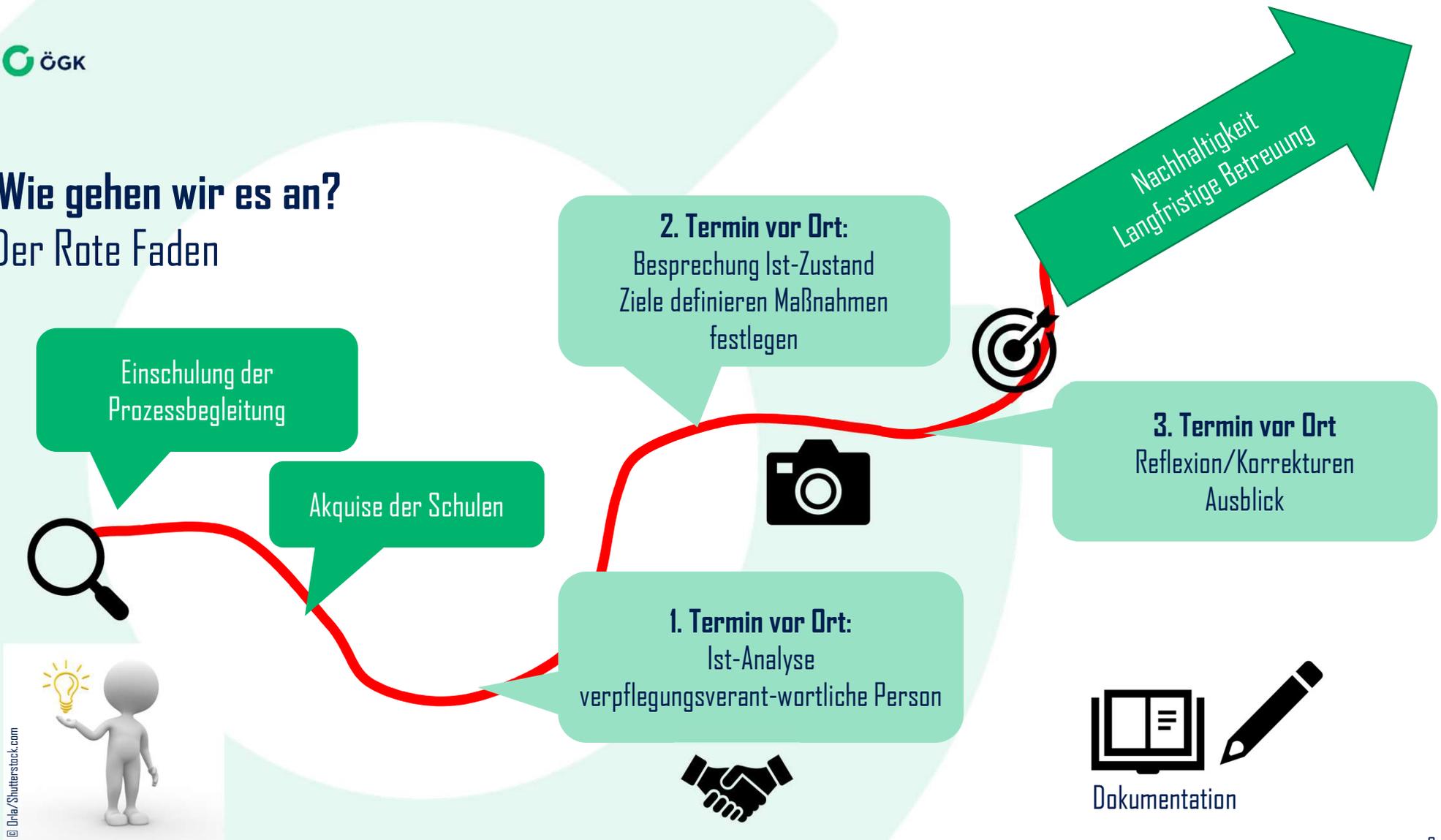
Bewegung

Ernährung

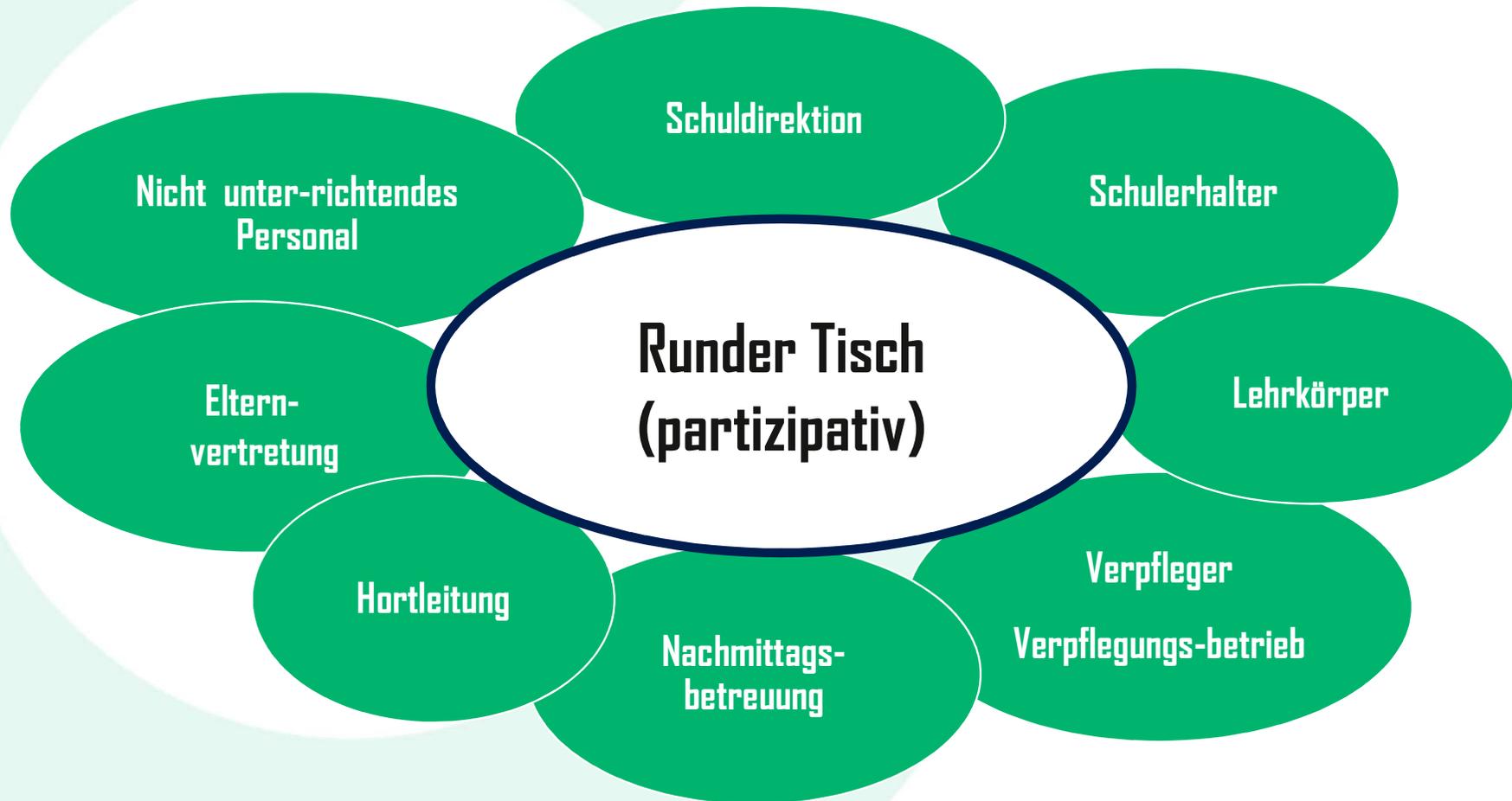
Mosaikstein:
„Optimierung der Gemeinschaftsverpflegung im Setting Volksschule“

Wie gehen wir es an?

Der Rote Faden



Bunte Projektgruppe



Bunte Bedürfniswelt

Sicherung eines Angebotes,
Einhaltung von Ernährungsempfehlungen,
Zufriedenheit,
Kostenfreundlichkeit...

Politik

Verpfleger

Wirtschaftlichkeit, Raumangebot,
Budget, Zeitaufwand, Personal,
Logistik, Hygienevorschriften...

Eltern

Runder Tisch
(partizipativ)

Schule

Problemlose Abwicklung, wenig
Schmutz und Unordnung,
geringer Aufwand, Möglichkeit
zum Warmhalten, Hygiene...

Schüler/innen
Pädagog/innen

Es soll MEINEM Kind schmecken,
gesund sein, leistbar, Bio,
Rücksicht auf Abneigungen,
Unverträglichkeiten...

Es soll MIR schmecken, Leistbarkeit,
beliebte Zutaten, angenehme
Essatmosphäre...

Kernziele nicht aus den Augen verlieren

Ziel

- Prozessbegleitung mit Fokus auf Ernährung
- Ressourcen bündeln und Synergien finden
- Angebote schaffen, wo tatsächlich Bedarf besteht
- Nachhaltige Betreuung (Ziel ÖGK: Einbettung in die bundesweite SGF)

Nicht-Ziel

- Aufbau von Parallelstrukturen oder Konkurrenz zu den bestehenden Angeboten
- Planung von Ausspeisung, Einkauf mit der Schule, Suche nach Verpflegern, ...

Wo ist der Bedarf?

Gemeinschaftsverpflegung

Schulfrühstück

Mittagessen

Getränke-/Snackautomaten

Jausenbuffet

„Fliegende Händler“

Positives in den Vordergrund (Beispiel Mittagessen)



- Vermittelt ohne viele Worte, wie gesunde Ernährung aussieht und gut schmeckt
- Verbessert die Konzentration
- Günstiges Essverhalten kann nebenbei trainiert werden
- Trägt zur Adipositasprävention bei
- Stärkt das Gemeinschaftsgefühl
- Gemeinsames Essen als soziales Lernen
- Gelebte Chancengerechtigkeit
- Entlastung der Eltern
- Möglichkeit zur Erweiterung der „akzeptierten Speisen“
- ...

Vielseitige Materialien der ÖGK Unser Kinder-Mahlzeitenteller



Zum Download auf www.gesundheitskasse



Portionsgrößen

Nahrungsmittel	Empfohlene Menge pro Tag	1 Portion entspricht	
		4-6 Jahre	7-10 Jahre
Getränke	1 bis 1,5 Liter	1 Glas: 200 ml 1 Tasse: 180 ml	1 Glas: 200 ml 1 Tasse: 180 ml
Obst und Gemüse	3 Portionen Gemüse 2 Portionen Obst 1 Port.	Gemüse gegart: 110 g Rohkost: 60 g Salat: 40 g Hülsenfrüchte: 70 g gekocht Obst: 60 g	Gemüse gegart: 130 g Rohkost: 70 g Salat: 50 g Hülsenfrüchte: 80 g gekocht Obst: 70 g
Kohlenhydrate	5 Portionen (Rohgewicht) 1 Port.	Brot/Gebäck: 40 g Müsl/Flocken: 40 g Reis: 120 g gekocht Nudeln: 150 g gekocht Kartoffeln: 130 g Vollkorn bevorzugen	Brot/Gebäck: 50 g Müsl/Flocken: 50 g Reis: 150 g gekocht Nudeln: 180 g gekocht Kartoffeln: 140 g Vollkorn bevorzugen
Eiweiß	3 Portionen 1 Port. 1 Port. 1 Portion (Rohgewicht) 1 Port.	Milch, Sojadrink: 125 ml (Soja-)Joghurt: 100 ml Topfen, Hüttenkäse: 50 g Käse: 20 g Fisch: 60 g Fleisch: 60 g Wurstwaren: 60 g Tofu, Seitan und Lupinen-Produkte: 60 g	Milch, Sojadrink: 150 ml (Soja-)Joghurt: 110 ml Topfen, Hüttenkäse: 60 g Käse: 30 g Fisch: 70 g Fleisch: 70 g Wurstwaren: 70 g Ei: 1 Stk. Tofu, Seitan und Lupinen-Produkte: 70 g
Fette	5 Portionen 1 Port.	Raps-, Oliven- oder Leinöl: 1 TL Butter, Margarine: sparsam Nüsse/Samen: 1 TL	Raps-, Oliven- oder Leinöl: 1 TL Butter, Margarine: sparsam Nüsse/Samen: 1 TL
Snacks	Mit Maß genießen 1 Port.	130 bis 140 kcal	150 bis 170 kcal

Metrierteiche, Heringerben und Redaktion:
Österreichische Gesundheitskasse, Wienbergstraße 14-16, 1000 Wien
Hersteller: Hauptkassens der ÖGK-Länderteile Wien, Bäder-ÖGK, Salz- und Druckereiverbänden.

Tagesbeispiel

Frühstück
Haferflockenmüsli mit Joghurt und Obst

Jause
Doppeldeckerbrot mit Käse und Gemüsesticks

Mittag
Spaghetti Bolognese mit Salat

Nachmittagsjause
Obst

Abendessen
Linsensuppe mit einer Scheibe Brot und Gemüse
Und immer viel Wasser trinken!

Die Portionsgrößen beziehen sich auf gesunde Kinder und können je nach Geschlecht, Größe, österreichischen Ernährungsempfehlungen.