

Schule des Essens

Entwicklung eines innovativen Ernährungsbildungskonzeptes (*Schule des Essens*) und Abschätzung dessen Umsetzbarkeit

Projektphase 1: Machbarkeitserhebung

Zusammenfassung der Machbarkeitserhebung und Posititonspapier

Projektleitung und Berichterstellung:
Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner, DI Reinhard Geßl

EXCELLENCE FOR SUSTAINABILITY

Das FiBL hat Standorte in der Schweiz, Deutschland und Österreich
FiBL offices located in Switzerland, Germany and Austria
FiBL est basé en Suisse, Allemagne et Autriche

FiBL Österreich /Austria
Doblhoffgasse 7/10, A-1010 Wien
Telefon +43 1 9076313
Fax +43 1 9076313-20
info.oesterreich@fibl.org, www.fibl.org



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND UND EUROPÄISCHER UNION



MINISTERIUM
FÜR EIN
LEBENSWEERTES
ÖSTERREICH



LE 07-13
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



Die Schule des Essens

Zusammenfassung der Machbarkeitserhebung und Positionspapier

Hintergrund und Zielsetzung

Essen ist ein Riesenthema, gesellschaftlich, medial, im Alltag sowieso. Immerhin wenden wir im Durchschnitt pro Tag eine Stunde und 16 Minuten fürs Essen auf (laut Zeitverwendungserhebung der Statistik Austria). Essen wird also allgegenwärtig und viel diskutiert.

Nur nicht in den Schulen, oder, um genauer zu sein, im Unterricht!

Dabei wäre das nicht nur dringend nötig, sondern auch äußerst vielversprechend, zahlreiche Ernährungsprobleme österreichischer Kinder und Jugendliche zu adressieren. Und die Schule wäre ein hervorragender Ort dafür. Wie oft hört man das Lamento, dass die Schulen ausbügeln müssten, was die Elternhäuser nicht (mehr) leisten. Drehen wir doch den Spieß um! Was für eine Riesenchance hat das Setting Schule, die Ernährungsprobleme von Kindern und Jugendlichen in Angriff zu nehmen! Hier sind sie alle, und man erreicht gerade auch jene, die von zu Hause keine gute Ernährungserziehung mitbekommen haben. Und, wunderbarer Nebeneffekt, der in zahlreichen Projekten aufgetreten ist, man erreicht über die SchülerInnen sogar deren Eltern!

Wie es gelingen könnte, **mehr Essensbildung in die Schulen zu bekommen**, und wie diese ausgestaltet sein sollte, war **Ziel** der kürzlich finalisierten Machbarkeitserhebung *Schule des Essens* des FiBL Österreich.

Ausgangslage

Viele ÖsterreicherInnen und leider zunehmend auch Kinder und Jugendliche haben ein **ungünstiges Ernährungsverhalten**, das macht sich schon in jungen Jahren durch Übergewicht und teilweise ernährungsmitbedingte Krankheiten wie Diabetes bemerkbar. Dabei ist nicht nur das Was sie essen verbesserungswürdig, sondern auch das Wie. Viele tun sich schwer beim Genießen, haben ein schlechtes Gewissen, wenn sie „sündigen“, bei Mädchen und jungen Frauen sind Essstörungen ein ernstzunehmendes Problem. Viele können nicht schmecken, haben es ver- oder nie gelernt. Vielen **fehlt der Bezug zu Lebensmitteln**, wo sie herkommen, wie und von wem sie produziert werden – und in der Folge auch die entsprechende Wertschätzung. Und nicht zuletzt laufen wir als Gesellschaft Gefahr, der **Kulturtechnik Kochen verlustig** zu gehen.

Essen ist weit mehr als Bedarfsdeckung von Nährstoffen. Es hat eine soziale Funktion, eine kulturelle, eine religiöse, eine historische ... und viele andere mehr. Essen ist schön, es macht Freude, es schmeckt, Kochen bringt Erfolgserlebnisse und Entspannung.

Im öffentlichen wie auch wissenschaftlichen Diskurs – und leider auch in der Ernährungsbildung und in schulischen Ernährungsprojekten – wird Essen dennoch meist aus der gesundheitlichen Perspektive betrachtet. Wie viele Kalorien hat diese Torte? Wie viel Eisen braucht jenes Kind? Welche Lebensmittel schützen vor Krebs? Meist wird auch nicht der mit Lust und Leidenschaft konnotierte Begriff „Essen“ verwendet, sondern das nüchterne, nährstoffbezogene, wissenschaftliche „Ernährung“.

Fast immer wird vergessen, dass **Essen mehr als diese gesundheitliche Dimension** hat. Dass es ebenso wichtig ist, sich damit auseinanderzusetzen, wie, wo, von wem Lebensmittel produziert, verarbeitet, konsumiert, entsorgt werden. Dass Essen neben der gesundheitlichen eine ökologische, eine wirtschaftliche und eine soziale Dimension hat. Ernährung auf diese Art, ganzheitlich und interdisziplinär, zu betrachten, ist seit rund 30 Jahren auch eine wissenschaftliche Disziplin namens Ernährungsökologie, auch nachhaltige Ernährung genannt.

Das Ernährungsbildungskonzept *Schule des Essens*

Schulische Ernährungsbildung muss unserer Meinung nach all' dem gerecht werden. Sie muss inhaltlich umfassend sein, methodisch-didaktisch innovativ und organisatorisch durchdacht. Mit der **Schule des Essens** legen wir ein **Konzept** vor, das diese Anforderungen erfüllt.

Es **basiert** auf Evidenz aus den Ernährungs- und Gesundheitswissenschaften ebenso wie es Erkenntnisse aus der Entwicklungspsychologie, Biologie, Sensorik, Soziologie und den Kulturwissenschaften zu den Einflussfaktoren auf das Essverhalten berücksichtigt. Es baut auf Neuigkeiten aus den Lehr- und Lernwissenschaften, wie den Ergebnissen der Hattie-Studie und der Hirnforschung, der Kompetenzorientierung, dem pädagogischen Konzept der Bildung für nachhaltige Entwicklung auf. Und es integriert Erfahrungen und *Lessons learned* aus nationalen und internationalen Initiativen.

Inhaltlich ist die *Schule des Essens* umfassend und interdisziplinär. Als Basis dient das wissenschaftliche Konzept der Ernährungsökologie, auch als nachhaltige Ernährung bezeichnet, das die Dimensionen Gesundheit, Ökologie, Wirtschaft und Gesellschaft gleichermaßen betrachtet. Wichtige Inhalte sind beispielsweise Geschmacksbildung, Genuss, Esskultur, Psychologie, Gesundheit, Lebensmittelkunde, Qualitätssensibilisierung, VerbraucherInnenbildung, (biologische) Landwirtschaft, Regionalität, Saisonalität, Nutztierhaltung, Globalisierung, Verarbeitung, Kochen als Kulturtechnik, Backen, Haltbarmachen, Wertschätzen von Lebensmitteln, Lebensmittelabfall-Vermeidung.

Methodisch-didaktisch ist unser Konzept SchülerInnen zentriert, partizipativ, aktivierend und praxisnah, freudvoll und positiv, kooperativ und verbindend, ermächtigend und Kompetenzen orientiert, curricular angebunden und fächerübergreifend sowie multi-zielorientiert. Zentrales Element sollte Kochen bzw. gemeinsames Zubereiten und Essen sein, wenn irgendwie möglich in Kombination mit Gartenerfahrungen.

Organisatorisch wünschen wir uns die *Schule des Essens* regelmäßig, häufig und umfangreich, angesiedelt im Setting Schule, grundsätzlich in allen Schulformen, als eigenes Schulfach und/oder fächerübergreifend, im Unterricht oder in der Freizeitbetreuung, im Bereich der Verhaltensprävention mit flankierenden Maßnahmen aus der Verhältnisprävention, durchgeführt von einer Vielzahl denkbarer VermittlerInnen (von ErnährungspädagogInnen bis Zivildienern), bottom-up gedeihend, aber mit Rückendeckung „von oben“, sozial angebunden, interorganisatorisch, integrativ und wissenschaftlich.

Ziel der *Schule des Essens* sind informierte, mündige, selbstbestimmte, kompetente, genussfähige, nachhaltig agierende, wertschätzende und gesunde junge EsserInnen.

Erfolge

Dass und wie Ernährungsbildung à la *Schule des Essens* **funktioniert**, zeigen **Erfahrungen aus nationalen und internationalen Projekten**. Die Erfolge sind erstaunlich: Die SchülerInnen sind begeistert, auch die Durchführenden, meist PädagogInnen, und ebenso die Eltern. Ernährungswissen und –verhalten der SchülerInnen verbessern sich, auch ihre Einstellung zum Essen, ihre Wertschätzung. Sie erwerben Kochkompetenzen und machen Geschmackserfahrungen. Sie verbessern durch die praktischen Erfahrungen ihre Sozialkompetenzen. Es gelingt sogar, Schwächere und/oder sozial weniger integrierte SchülerInnen besonders gut zu erreichen. Und die Familien, denn die SchülerInnen transferieren Wissen und Erfahrungen an ihre soziale Umgebung. Schließlich profitieren auch lokale ErzeugerInnen und VerarbeiterInnen.

Ein gewisser Schneeballeffekt trägt dazu bei, erfolgreiche Initiativen von Schule zu Schule zu verbreiten.

Umsetzungspotenzial

In einem weiteren Schritt haben wir analysiert, warum manches gut läuft, anderes weniger, diese ermöglichenden und hinderlichen Faktoren zusammengetragen und auf die *Schule des Essens*

umgelegt. Ergänzt haben wir das um Spezifika der österreichischen Situation, um nötige bzw. erwünschte Beteiligte und zu schaffende Voraussetzungen.

Herausgekommen sind **neun Szenarien**, wie die *Schule des Essens* Einzug ins österreichische Schulsystem halten könnte: von sehr visionär bis relativ wahrscheinlich, von einem flächendeckenden Schulfach Essen über einzelne Projekte bis zu einer externen Anlaufstelle für kochfreudige Schulklassen, vom Pflichtgegenstand über Freigegegenstand bis zur Freizeitbetreuung.

Den Knackpunkt Finanzierung haben wir explizit nicht analysiert. Wir sind überzeugt, dass bei entsprechender Erwünschtheit umfassender, flächendeckender Ernährungsbildung in Österreich die finanziellen Mittel dafür aufgebracht werden müssten.

Conclusio und Forderung

Das FiBL Österreich reiht sich also in den Reigen derer, die regelmäßig ein **Schulfach** Ernährung, Essen, Kochen, oder wie immer es heißen möge, fordern. Aber wir sind einen großen Schritt weitergegangen: Wir legen mit der *Schule des Essens* ein **Konzept** vor, wie ein Mehr an Ernährungsbildung an österreichischen Schulen aussehen sollte und welche Möglichkeiten der Umsetzung es geben könnte.

Wir richten diese Forderung an politische Entscheidungsträger, an die Schulaufsicht, an DirektorInnen, PädagogInnen und alle, die sich sonst noch angesprochen fühlen.

Gerne sind wir bereit, aktiv an der Umsetzung beizutragen: unsere gesammelten Erfahrungen und unser Fachwissen einzubringen, Fortbildungen zu gestalten, das Projektmanagement für erste kleine oder auch größere Schritte zu übernehmen oder oder oder.

Unabhängig davon werden wir im Rahmen unserer bescheidenen Möglichkeiten weitermachen, die *Schule des Essens* voranzutreiben.

Wir wünschen allen SchülerInnen Österreichs baldige und zahlreiche freudvolle schulische Erfahrungen mit dem guten Essen!

Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner
Projektleitung, FiBL Österreich

Dezember 2014

Zum Projekt:

Die Schule des Essens ist ein Projekt von

Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) Österreich, 1010 Wien, www.fibl.org und

Freiland – Verband für ökologisch-tiergerechte Nutztierhaltung und gesunde Ernährung (Freiland Verband), 1010 Wien, www.freiland.or.at

Die **Projektphase 1** (Kalenderjahr 2014) war die vorliegende **Machbarkeitserhebung**, eine **Pilotphase** zur Testung einiger Szenarien der Durchführung an/mit Schulen ist **ab 2015** geplant.

Kontakt für weitere Informationen:

Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner, Projektleitung, theres.rathmanner@fibl.org

- PRINCIPLES *of* -
EDIBLE EDUCATION

FOOD IS *an* ACADEMIC SUBJECT
SCHOOL PROVIDES
a WHOLESOME & DELICIOUS LUNCH
FOR EVERY CHILD

SCHOOLS SUPPORT SUSTAINABLE FARMS

CHILDREN LEARN *by* DOING

BEAUTY IS *a* LANGUAGE *of* CARE

Abbildung aus: The Edible Schoolyard Project, 2010–2012 Report
(<http://edibleschoolyard.org/sites/default/files/file/ESYP%202010-12%20AnnualReport.pdf>)