

Neun Empfehlungen zur Ernährungs- und Verbraucherbildung

Ergebnisse der Gespräche beim
Runden Tisch des forum. ernährung heute
„Zukunft Ernährungsbildung“ 2021–2023

Präambel

Das *forum. ernährung heute (f.eh)* verfolgt die Vision, dass Konsumentinnen und Konsumenten aufgrund ihres Wissens und ihrer Kompetenzen fähig sind, selbstbestimmt verantwortungsbewusste Kauf-, Ess- und Lebensstilentscheidungen zu treffen. Aus diesem Grund ergreifen wir die Initiative und formulieren die folgenden Empfehlungen für eine zukunftsfähige Ernährungs- und Verbraucherbildung zusammen mit (in alphabetischer Reihenfolge)

- der AMA-Marketing,
- der Arbeitsgemeinschaft Haushaltsökonomie und Ernährung,
- der Arbeitsgemeinschaft Österreichische Bäuerinnen,
- der Bundes-Sport GmbH,
- dem Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien,
- dem Fachverband der Nahrungs- und Genussmittelindustrie,
- der FH St. Pölten/Studiengang Diätologie,
- dem Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL),
- der GMS Gourmet GmbH,
- den Pädagogischen Hochschulen Wien und Oberösterreich,
- der Schule des Essens (SdE),
- dem *sowhat*. Kompetenzzentrum für Menschen mit Essstörungen,
- dem Steirischen Ernährungskompetenzzentrum (STERZ)
- sowie Vertreterinnen und Vertretern aus der Schulpraxis.

Gemeinsam mit diesen Organisationen und Stakeholdern möchte das *f.eh* die zukunftsfähige Gestaltung bildungs-, gesundheits- und umweltpolitischer Prozesse und Strukturen unterstützen, das Menschenbild von autonom entscheidenden Verbraucherinnen und Verbrauchern festigen sowie die Grundlage für einen gesunden, bewegungsfreudigen und nachhaltigen Lebensstil stärken. Basis dafür sind Erziehung und schulische Bildung, die Menschen dazu befähigen sollen, ihr Leben selbstständig und eigenverantwortlich zu bewältigen. Das betrifft auch die Wahl von Lebensmitteln sowie das Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil und das Wissen darüber. Schließlich führen eine ausgewogene und nachhaltige Ernährungsweise sowie ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung zu positiven Effekten sowohl auf das individuelle Wohlbefinden als auch auf ökologischer, gesellschaftlicher und volkswirtschaftlicher Ebene.

Disclaimer: Die vorliegenden Empfehlungen beziehen sich vorrangig auf die Primar- und Sekundarstufe. Sie basieren darauf, dass Ernährungsbildung auch abseits des familiären Umfelds bereits in der Elementarstufe beginnt und dort grundlegende Erfahrungen gesammelt werden. Dies verdeutlicht auch das europäische Kerncurriculum für 4- bis 18-Jährige. Kauf- und Essentscheidungen erfolgen zudem im breiten Kontext einer Vielzahl von Lebensstilentscheidungen, von denen u. a. psychische Aspekte sowie körperliche Aktivität von zentraler Bedeutung sind. Die formulierten Empfehlungen fokussieren die Lebensbereiche der Ernährung und des Konsums im Wissen um die vielfältigen Faktoren und Zusammenhänge, die im Rahmen dieses Papiers nicht in ihrer Gänze beschrieben werden können.

Gendering: Wir sind um eine inklusive Sprache bemüht. Im diesem Sinne werden im Fließtext großteils weibliche und männliche Formen genannt. Bei den Termini „verbraucherbezogen“, „Ernährungs- und Verbraucherbildung“, „Ernährungs- und Verbraucherkompetenz“ etc. haben wir uns für die Verwendung des generischen Maskulinums entschieden, das wir in inklusiver Bedeutung für alle Gender verwenden.

Ziel und Rahmen der Empfehlungen

Ziel der Empfehlungen ist es, dazu beizutragen, das Potenzial der Ernährungs- und Verbraucherbildung besser sichtbar- und nutzbar zu machen. Mehr als ein Jahr lang haben die Expertinnen und Experten der eingangs genannten Institutionen dazu bei sechs Runden Tischen

intensiv über die Zukunft der Ernährungsbildung diskutiert. Die Resultate und Lösungsansätze bilden die Grundlage für die vorliegenden Empfehlungen. Das Hauptaugenmerk liegt dabei auf dem Setting Schule – und zwar aus folgenden Gründen:

1. Ernährungsbildung ist ein unverzichtbarer Bestandteil einer zeitgemäßen und zukunftsweisenden Grundbildung, v. a. unter Berücksichtigung der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE).
2. Im Setting Schule werden alle Kinder und Jugendlichen bis zum Ende der Pflichtschule erreicht, auch jene aus sozio-ökonomisch benachteiligten Verhältnissen, die häufiger mit ernährungsassoziierten Erkrankungen und einem körperlich inaktiven Lebensstil konfrontiert sind.
3. In der Schule wirken wissensbasierte, kompetenzorientierte und (ess-)kulturelle Maßnahmen, die über die Schülerinnen und Schüler in die Familien getragen werden können.

Ziel und Zweck von Ernährungsbildung

Ernährungsbildung baut in erster Linie relevante Ernährungskompetenz auf, trägt jedoch auch zur Entwicklung einer selbstbewusst, reflektiert und verantwortlich handelnden Persönlichkeit bei. Das Lernfeld Ernährung bietet zudem zahlreiche fundamentale Reflexionskategorien, die multiperspektivisches und mehrdimensionales Denken erfordern. So fördern Ernährungs- und Verbraucherbildung auch die Entwicklung differenzierten Denkens sowie der selbstständigen Urteilskraft und der Allgemeinbildung.

All das sind Fähigkeiten, die in einer globalisierten, vernetzten und komplexen Welt mehr denn je von Nutzen sind^[1].

Ziel der Ernährungsbildung ist es daher, Menschen zu befähigen, die eigene Ernährung mündig, nachhaltig und demokratisch teilhabend unter den komplexen gesellschaftlichen Bedingungen eigenständig und eigenverantwortlich zu gestalten^[2].

Vision für eine zukunftsfähige Ernährungs- und Verbraucherbildung

Folgendes Leitbild von jungen Erwachsenen haben die Teilnehmenden des vom *f.eh* initiierten Runden Tisches gemeinsam entwickelt und formuliert:

Wissen, Werten, Handeln, Genießen und Reflektieren – diese fünf Grundkompetenzen bilden die Basis für einen gesunden, bewegungsreichen und nachhaltigen Lebensstil, der sich positiv auf weitere Bereiche auswirkt und dessen Grundstein idealerweise bereits in jungen Jahren gelegt wird.

Wissen

Junge Erwachsene haben im Laufe ihrer Erziehung und schulischen Bildung das notwendige Grundlagenwissen über Lebensmittel und ihre Herstellung erworben und wissen über eine ausgewogene, abwechslungsreiche und bedarfsorientierte Ernährung sowie die Wirkung von Lebensmitteln auf den eigenen Körper und die Umwelt Bescheid. Zudem kennen sie unterschiedliche Sport- und Bewegungsarten und wissen um deren gesundheitsförderliche Wirkung.

Werten

Junge Erwachsene können Informationen über Ernährung, Konsum, Bewegung und Sport einordnen, um selbstbestimmt zu urteilen, ausgewogen und bewusst aus einem breiten Angebot zu wählen sowie das richtige Maß zwischen Genuss und Bewegung zu finden. Sie können ökonomische, ökologische sowie gesellschaftliche Entwicklungen erkennen und einschätzen, bauen eine Haltung der Wertschätzung gegenüber Lebensmitteln, deren Herstellung und Verzehr auf und messen einem körperlich aktiven Lebensstil entsprechenden Wert bei.

Handeln

Junge Erwachsene schaffen eine Balance aus Eigen- und Solidarverantwortung sowohl in punkto Gesundheit als auch bei Fragen der Nachhaltigkeit. Sie können ihr Wissen mit praktischen Fertigkeiten, erlernten Fähigkeiten und neuen Informationen aus verlässlichen Quellen verknüpfen und stetig erweitern. Die geschaffene Handlungs- und Ernährungskompetenz ermöglicht es ihnen, sich selbst zu versorgen, portionsgerecht Speisen zuzubereiten sowie gesundheitsförderliche Bewegungsaktivitäten auszuwählen.

Genießen

Junge Erwachsene haben Bewusstsein für die eigenen Kompetenzen und die individuelle Selbstwirksamkeit zur Erlangung von Wohlbefinden entwickelt, die zu einem hohen Selbstwertgefühl, zu Lebensfreude sowie zu einer seelischen Festigung beitragen und sich in Genussfreude und -fähigkeit ebenso wie in Freude an Bewegung und der Teilnahme am Sozialleben ausdrücken. Kulinarik sowie Bewegung und Sport werden als Chance erkannt, das eigene Wohlbefinden zu beeinflussen, sich selbst besser wahrzunehmen und mit anderen in Kontakt zu kommen.

Reflektieren

Junge Erwachsene sind zur Reflexion und zum positiven Umgang mit Kritik befähigt, aber auch zu einem kritischen Umgang mit Ernährungs- und Gesundheitsinformationen in Medien. Dadurch sind sie in der Lage, Berichterstattung einordnen zu können. Sie sind für Essstörungen, gewichtsbedingte Stigmatisierung und Diskriminierung sowie vermeintliche Körpernormen sensibilisiert.

Ausgehend von diesem Leitbild wurden neun Handlungsempfehlungen entwickelt.

Die neun Empfehlungen auf einen Blick

Von der Primarstufe bis zum Ende der Sekundarstufe I fördert eine stringent im Lehrplan implementierte Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB) nicht nur Ernährungskompetenz, sondern auch selbstständige Urteilskraft und Allgemeinbildung. Daher sind insbesondere die schulische Ernährungs- und Verbraucherbildung, eine adäquate Ausbildung der Pädagoginnen und Pädagogen sowie fundierte Unterlagen zu fördern und das gesamte Setting Schule ist zu nützen.

1. Primarstufe (Volksschule): Interesse fördern, Bezug schaffen, Basiswissen vermitteln

Um bei Kindern den Bezug zum Essen und zu Lebensmitteln zu fördern, wird empfohlen, Schulgärten und -küchen sowie themenspezifische Projekte/Exkursionen/Wandertage zu implementieren.

2. Verpflichtendes Unterrichtsfach in der Sekundarstufe I

Es wird empfohlen, Ernährungs- und Verbraucherbildung verpflichtend als fachspezifischen Unterricht in der gesamten Sekundarstufe I (MS und AHS-Unterstufe) einzuführen. Das ermöglicht, fachtheoretische mit fachpraktischen Inhalten zu verknüpfen, wie das die Rahmenkonzepte zur Ernährungsbildung im D-A-CH-Raum sowie der neue österreichische Lehrplan Ernährung und Haushalt vorsehen, und gibt allen Kindern und Jugendlichen – unabhängig vom Elternhaus – die Chance, Ernährungskompetenz zu erwerben.

3. Unterricht für Ernährung und Haushalt in Sekundarstufe I ausweiten

Es wird empfohlen, in der MS und AHS mindestens zwei Wochenstunden für die fünfte oder sechste Schulstufe der Sekundarstufe I, idealerweise jedoch für beide Stufen, vorzusehen.

4. Ernährungs- und Verbraucherbildung fächerübergreifend: Ergänzend unter bestimmten Bedingungen

Es wird empfohlen, Bedingungen für interdisziplinäres Lehren festzulegen. Dazu zählt in erster Linie eine fachbezogene Ausbildung der Lehrerinnen und Lehrer sowie eine fachlich fundierte Grundausbildung der Pädagoginnen und Pädagogen hinsichtlich Ernährungs- und Verbraucherthemen. Hierfür sind kontinuierliche Fortbildungsmöglichkeiten für fächerübergreifenden Unterricht zu gewährleisten.

5. Aus-, Fort- und Weiterbildung aller Pädagoginnen und Pädagogen intensivieren

Um einen Unterricht mit evidenzbasierten Inhalten zu ermöglichen sowie der Komplexität des Ernährungssystems durch vernetztes Denken gerecht zu werden, wird empfohlen, einen multiperspektivischen Ansatz in der Ausbildung aller Pädagoginnen und Pädagogen der Elementar-, Primar- und Sekundarstufe sowie im Bereich der Freizeitgestaltung zu forcieren.

6. Potenzial ganztägiger Schulformen besser nutzen

Es wird empfohlen, die Möglichkeiten ganztägiger Schulformen besonders im Hinblick auf die Schulverpflegung, die Zeit für körperliche Aktivität sowie die Zusammenarbeit mit externen Expertinnen und Experten vermehrt auszuschöpfen.

7. Fundierte Unterrichtsmaterialien gewährleisten und verwenden

Es wird empfohlen, neben approbierten Schulbüchern didaktisch zeitgemäß aufbereitete und geprüfte Materialien für den Fachunterricht sowie fächerübergreifenden Unterricht anzubieten und Lehrkräfte hinsichtlich der Qualität von Materialien zu sensibilisieren.

8. Praxis ermöglichen: Ausstattung der Schulen verbessern

Damit Kinder und Jugendliche Praxiserfahrungen im Setting Schule sammeln können, wird empfohlen, eine adäquate Ausstattung der Schulen nach den vorliegenden Möglichkeiten mit Küchen, Gärten, Praxisräumen o. Ä. zu gewährleisten.

9. Lebenslanges Lernen für alle Menschen fördern

Es wird empfohlen, vermehrt Ernährungsbildungsangebote sowohl in der Theorie als auch mit Praxisbezug für alle Altersgruppen der Allgemeinbevölkerung zu schaffen. Dafür sind qualitätsgesicherte Weiterbildungsangebote niederschwellig zu etablieren.

Die neun Empfehlungen im Detail

Ernährungskompetenz bildet eine grundlegende Alltagskompetenz. Diese stärker in der gesamten Pflichtschule zu verankern und zu gewichten, wird aus der Sicht der Teilnehmenden im Hinblick auf gesellschafts-, bildungs- und gesundheitspolitische Entwicklungen als zielführend erachtet. Es wird daher eine Ausweitung und qualitative Vertiefung der Ernährungs- und Verbraucherbildung von der Primarstufe bis zum Ende der Sekundarstufe I empfohlen. Konkret bedeutet das:

- Vorhandene Potenziale ausschöpfen – v. a. in der Volksschule und in ganztägigen Schulformen;
- Ernährungs- und Verbraucherbildung verpflichtend und mit mehr Stunden als Unterrichtsfach vorsehen, fächerübergreifende Verankerung ergänzend;
- Fundierte Materialien gewährleisten;
- Weiterbildungsangebote attraktiv halten;
- Praxismöglichkeiten über Infrastruktur und Exkursionen schaffen;
- Das gesamte Setting Schule nutzen, vor allem in den ganztägigen Schulformen.

1. Primarstufe (Volksschule): Interesse fördern, Bezug schaffen, Basiswissen vermitteln

In der Primarstufe sind Themen der Ernährungs- und Verbraucherbildung im Fach Sachunterricht verankert, die Volksschule bietet jedoch viel Potenzial für eine niederschwellige Ernährungsbildung, das noch besser ausgeschöpft werden könnte.

Es wird daher empfohlen,

- grundlegend den Bezug zu Ernährung, Lebensmitteln und Essen zu intensivieren;
- das Sammeln von Praxiserfahrungen zu ermöglichen;
- Basiswissen zu vermitteln (z. B. Lebensmittel benennen, beschreiben, beurteilen);
- themenspezifische Projekte/Exkursionen/Wandertage durchzuführen;
- Schulgärten anzulegen und Schulküchen einzurichten (vgl. Pkt. 8).

Hintergrund: **Durch Erleben und Begreifen begeistern**

In der österreichischen Primarstufe wird Ernährungs- und Verbraucherbildung im Sachunterricht über die Themengebiete Gemeinschaft, Natur und Wirtschaft vermittelt. Studien und Erfahrungsberichte belegen jedoch, dass vor allem über das tatsächliche „Begreifen“ Begeisterung, Neugier und Interesse für die Thematik geweckt werden. Dabei soll es von Anfang an um einen ganzheitlichen, nachhaltigen Zugang zum Thema Essen gehen, nicht bloß um Gesundheitsaspekte. Geschmacksbildung, Genuss und Esskultur bilden etwa gemeinsam mit Lebensmittelkunde und -zubereitung die Eckpfeiler eines altersgemäßen Kompetenzaufbaus.

2. Verpflichtendes Unterrichtsfach in der Sekundarstufe I

Derzeit ist Ernährung und Haushalt nur in den Mittelschulen ein Pflichtgegenstand, nicht jedoch in der AHS-Unterstufe, obwohl die Lehrpläne sonst für die gesamte Sekundarstufe I nicht nur einheitlich, sondern sogar wortidentisch sind.

Es wird daher empfohlen,

- Ernährungs- und Verbraucherbildung verpflichtend im Rahmen eines fachspezifischen Unterrichts in der gesamten Sekundarstufe I (MS und AHS-Unterstufe) einzuführen;
- durch eine fixe Verankerung des Fachs in der AHS die Thematik im gesamten Setting Schule zu stärken. Das kommt sowohl der Wissensvermittlung und dem Kompetenzerwerb als auch der gelebten Esskultur vor Ort (vgl. Pkt. 6) zugute.

Hintergrund: **Alle Kinder und Jugendlichen**

brauchen Ernährungskompetenz

Ein Pflichtgegenstand Ernährung und Haushalt ermöglicht es, fachtheoretische mit fachpraktischen Inhalten zu verknüpfen, wie das die Rahmenkonzepte zur Ernährungsbildung im D-A-CH-Raum (z. B. österreichischer Referenzrahmen, europäisches Kerncurriculum) und der neue Lehrplan Ernährung und Haushalt vorsehen^[1,3-5]. Dazu zählen u. a. das Erlernen der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung sowie das Erkennen und richtige Einordnen von Informationsquellen. Eine obligatorische Ernährungs- und Verbraucherbildung in jeder Schulform der Sekundarstufe I ist auch im Sinne der Chancengerechtigkeit ein Gebot der Stunde. Nur so kann ermöglicht werden, dass Kinder – unabhängig von den im Elternhaus gebotenen Voraussetzungen – Ernährungs- und Verbraucherkompetenz erwerben

können. An der AHS kann derzeit zwar die unverbindliche Übung Ernährung angeboten werden, in der Praxis scheitert diese Möglichkeit jedoch teils an der fehlenden Ausstattung der Gymnasien mit Schulküchen (vgl. Pkt. 8). In Schulen mit sonderpädagogischem Förderbedarf ist Ernährungsbildung im Fach Ernährung und Haushalt mit sechs Gesamtwochenstunden verankert, mit je 1,5 Wochenstunden von der fünften bis achten Schulstufe. Dies ist grundlegend, um den Kindern und Jugendlichen mit sonderpädagogischem Förderbedarf bestmögliche individuelle Förderung zur Bewältigung ihrer Lebensführung und ihrer weiteren beruflichen Ausbildung zukommen zu lassen und sollte jedenfalls beibehalten werden.

3. Unterricht für Ernährung und Haushalt in Sekundarstufe I ausweiten

Eine adäquate ernährungs- und verbaucherbezogene Grundlagenausbildung soll gewährleistet sein.

Es wird daher empfohlen,

- für die fünfte oder sechste Schulstufe, idealerweise jedoch für beide Stufen in der Sekundarstufe I, zumindest zwei Wochenstunden im Lehrplan einzuplanen;
- erfahrungs- und erlebnisorientierte Ansätze besonders zu berücksichtigen (z. B. sollte jedes Kind einmal in seiner schulischen Laufbahn in einem landwirtschaftlichen bzw. lebensmittelproduzierenden Betrieb gewesen sein);
- außerschulische Expertinnen und Experten entsprechend professionellen Standards in den Unterricht einzubeziehen;
- vermehrt außerschulische Lernorte mit Fachlehrpersonen in Absprache mit außerschulischen Fachkräften zu besuchen;
- einer gezielten Vor- und Nachbereitung im Fachunterricht Raum und Zeit zu geben.

Hintergrund: **Eine Wochenstunde in vier Jahren Mittelschule reicht nicht aus**

Im 2023 veröffentlichten und verordneten neuen Lehrplan ist weiterhin nur eine Wochenstunde in der sechsten Schulstufe als Pflichtfach in der MS vorgesehen. Ernährung und Haushalt soll – obwohl einziges Fach mit nur einer verpflichtenden Stunde in der MS und freiwilligem Stundenausmaß in der AHS – dem neuen Lehrplan folgend dennoch als Plattform für eine Reihe von übergreifenden Themen zur Entwicklung von fächerübergreifenden Kompetenzen dienen, nämlich: Bildungs-, Berufs- und Lebensorientierung, Entrepreneurship Education, informatische Bildung, Medienbildung, politische Bildung, sprachliche Bildung und Lesen, Umweltbildung für nachhaltige Entwicklung sowie Wirtschafts-, Finanz- und Verbraucherbildung⁶⁾. Dies verdeutlicht, dass Essen und Ernährung „soziale Totalphänomene“⁷⁾ sind und spiegelt die gesellschaftliche Relevanz und Komplexität des Themas wider. Die aktuell geringe Stundenanzahl im Lehrplan reflektiert diesen Stellenwert jedoch nicht.

4. Ernährungs- und Verbraucherbildung fächerübergreifend: Ergänzend unter bestimmten Bedingungen

Alle aktuellen didaktischen Konzepte fächerübergreifenden Unterrichts setzen die fachlich fundierte Perspektive der Fachlehrpersonen voraus (vgl. Pkt. 5), vor deren Hintergrund fächerübergreifend nach verschiedenen Konzepten des Unterrichts geplant werden kann.

Es wird daher empfohlen,

- für interdisziplinäres Lehren eine fachbezogene Ausbildung von Lehrerinnen und Lehrern sowie eine fundierte Grundausbildung und stete Weiterbildung aller Pädagoginnen und Pädagogen im jeweiligen Fach als Bedingung festzulegen, konkret eine solide Ausbildung zu Ernährungs- und Verbrauchertemen;
- Pädagoginnen und Pädagogen hinsichtlich ihrer Vorbildwirkung und wissenschaftsbasierter Ernährungsinformation zu sensibilisieren (vgl. Pkt. 5);
- fundierte Unterrichtsmaterialien zur Verfügung zu stellen, um die Vermittlung von Ernährungsthemen in anderen Fächern zu erleichtern (vgl. Pkt. 7);
- die kontinuierliche Fortbildung für fächerübergreifenden Unterricht zu ermöglichen und zu intensivieren.

Hintergrund: **Für fächerübergreifendes Lehren ist eine solide Basis zu schaffen**

Im neuen Lehrplan der Sekundarstufe I kommt Ernährung im übergreifenden Thema Gesundheitsförderung vor und dieses soll in den Fächern Biologie, Chemie, Deutsch, Kunst und Gestaltung sowie Ernährung und Haushalt bearbeitet werden. Für eine fundierte Vermittlung von Wissen, Werten, Haltungen und Handlungsoptionen ist jedoch von fachfremdem Unterrichten abzu sehen. Für einen zielführenden Unterricht ist die Fachperspektive der Lehrenden in den genannten Fächern zu gewährleisten. Dafür sind in erster Linie die Angebote für Aus-, Fort- und Weiterbildungen (vgl. Pkt. 5) sowie ihre Qualitätssicherung relevant.

5. Aus-, Fort- und Weiterbildung aller Pädagoginnen und Pädagogen intensivieren

Entsprechend den anderen kompetenzorientierten Lernbereichen, wie Wissenschafts-, Medien- und Digitalkompetenz, sollte auch die Ernährungs- und Verbraucherkompetenz durch einen ganzheitlichen Ansatz in der Ausbildung forciert werden. Dadurch wird fächerübergreifend vernetztes Denken der Unterrichtenden und in weiterer Folge auch jenes der Lernenden gefördert. Dazu zählen insbesondere die komplexen Zusammenhänge im Ernährungssystem – von der Produktion über die Verarbeitung und den Konsum bis hin zur Entsorgung – sowie Zusammenhänge mit einem körperlich aktiven Lebensstil, der psychischen Verfasstheit, emotionalen Aspekten und der Gesundheit.

Es wird daher empfohlen,

- die fachbezogene Ausbildung von Lehrerinnen und Lehrern weiter zu stärken;
- Ernährungs- und Verbraucherbildung in einem Mindestmaß in der Ausbildung aller Pädagoginnen und Pädagogen der Elementar-, Primar- und Sekundarstufe sowie der Freizeitgestaltung fix zu verankern;
- an Pädagogischen Hochschulen und Universitäten diesbezüglich verstärkt fächerübergreifende Inhalte anzubieten;
- entsprechende Qualitätsstandards anhand des österreichischen Referenzrahmens und europäischen Kerncurriculums zu etablieren;
- auf Kontinuität im Fortbildungsangebot zu achten, um allen Pädagoginnen und Pädagogen die Wahrnehmung entsprechender Angebote zu ermöglichen.

Hintergrund: **Großes Interesse, tiefe Lücken, ungünstige Vorbildwirkung**

Eine Erhebung zum Ernährungswissen gesundheits- und bildungsrelevanter Berufsgruppen (aus Medizin, Pharmazie, Diätologie, Ernährungswissenschaften sowie Pädagogik) zeigte, dass bei den Lehrerinnen und Lehrern die größten Wissenslücken bestehen. Zusätzlich zeigte die Umfrage, dass sie im Vergleich den ungesündesten Lebensstil hatten und am häufigsten übergewichtig waren^[8]. Dabei ist bekannt, dass Lehrpersonal eine starke Vorbildwirkung auf die Lernenden hat^[9].

Während für die Sekundarstufe durch die Pädagog/innenbildung NEU (2016) bereits in allen Verbänden in Österreich Fachlehrpersonen im Unterrichtsfach Ernährung und Haushalt bzw. Haushaltsökonomie und Ernährung (BA und MA Lehramt) auf hohem wissenschaftlichen Niveau ausgebildet werden und sukzessive in die Schulen kommen und unterrichten, ist eine ernährungs- und verbraucherbezogene Grundlagenausbildung auch für alle (fachfremden) Lehrpersonen der Elementar-, Primar- und Sekundarstufe sowie für Freizeitpädagoginnen und -pädagogen wesentlich, um für die Komplexität der Ernährungs- und Verbraucherbildung zu sensibilisieren, das nötige Verständnis für eine wünschenswerte Vorbildwirkung zu vermitteln sowie fachlichen und fachdidaktischen Kompetenzaufbau für die fächerübergreifende Integration dieser Themen (z. B. in Biologie und Umweltkunde, Chemie, Psychologie, Religion/Ethik, Geschichte und politische Bildung sowie Sport und Bewegung) zu ermöglichen. Dadurch soll gewährleistet werden, dass die Inhalte evidenz- und faktenbasiert vermittelt werden. In den vier Verbänden der Pädagogischen Hochschulen und Universitäten werden bereits Fortbildungsbereiche oder -veranstaltungen zur Vertiefung in den Gebieten Bewegung und Sport, Ernährung sowie psychosoziale Gesundheit angeboten, die von den Studierenden individuell gewählt werden können^[10]. Der Bereich Ernährung könnte im Rahmen der verpflichtenden

Fortbildung im Ausmaß von 15 Stunden pro Schuljahr in der unterrichtsfreien Zeit für Lehrerinnen und Lehrer im Dienstrecht-NEU sowie der schulinternen Fortbildung (SCHILF) attraktiver beworben werden.

6. Potenzial ganztägiger Schulformen besser nutzen

Kinder lernen viele Alltagskompetenzen in erster Linie durch Beobachtung, eigenes Erleben und Erfahren, also implizit von ihren Vorbildern und Peers. Daher beeinflussen die familiären Gewohnheiten und Muster die Entwicklung stark, ebenso wie die alltäglichen Abläufe in der Schule. Ganztägige Schulformen nehmen daher durch die Versorgungsverantwortung sowie über die freien Betreuungszeiten eine wesentliche Rolle bei der Bildung von solider Ernährungskompetenz ein.

Es wird daher empfohlen,

- bei der Verpflegung auf eine ausgewogene Menüzusammenstellung zu achten;
- Kinder selbst die unterschiedlichen Menükomponenten und Portionsgrößen wählen zu lassen;
- für ausreichend Zeit zum Essen und eine angenehme Atmosphäre^[11] zu sorgen;
- in den Betreuungszeiten explizite Inhalte zu vermitteln sowie Möglichkeiten zur Praxiserfahrung zu bieten (Kochen, Garteln, ...);
- Freizeitpädagoginnen und -pädagogen durch entsprechende Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten sowie Materialien zu unterstützen (vgl. Pkt. 5 und Pkt. 7);
- mit schulexternen Expertinnen und Experten für die Gestaltung der Betreuungszeiten zusammenzuarbeiten und hierfür einen entsprechenden vertraglichen Rahmen zu schaffen;
- in der Tagesgestaltung der körperlichen Bewegung und dem Sport mehr Zeit einzuräumen;
- die lehrenden und betreuenden Personen auf ihre Vorbildwirkung zu sensibilisieren.

Hintergrund: **Mehr Augenmerk auf implizites Lernen in ganztägigen Schulformen**

In der Fachdidaktik unterscheidet man zwei Perspektiven der Ernährungsbildung: das systematische Lernen im Sinne der Aneignung von Wissen und Kompetenz, das vorrangig im Zuge eines fundierten Unterrichts vonstattengeht, und das situierte Lernen, bei dem Lernen ein Prozess der Integration beispielsweise in der Gestaltung von Esskultur ist. In ganztägigen Schulformen bieten die gemeinsame Verpflegung sowie die betreuten Freizeitstunden Potenzial für beide Formen – sowohl das Erfahren von Esskultur als auch den Wissens- und Kompetenzerwerb. Über das Mittagessen können Kinder jede Menge implizit lernen, etwa strukturierte Abläufe rund um das Essen,

Umgangsformen, Genuss oder Selbstbestimmung durch das eigene Wählen der Portionsgrößen. Weiters eignen sich die freien Betreuungsstunden, um zusätzlich zum verpflichtenden Fachunterricht Ernährungs-, Konsum- und Bewegungsthemen spielerisch aufzugreifen oder auch, je nach Infrastruktur, um Erfahrungen in der Schulküche oder dem Schulgarten zu sammeln (vgl. Pkt. 8).

7. Fundierte Unterrichtsmaterialien gewährleisten und verwenden

Neben approbierten Schulbüchern sind für einen qualitativ hochwertigen Fachunterricht und fächerübergreifenden Unterricht (vgl. Pkt. 4) wissenschaftlich fundierte, objektive und didaktisch zeitgemäß aufbereitete Materialien hilfreich und nützlich. Um diese Kriterien zu erfüllen, sollten die Unterlagen ebenso wie die in der Schulbuchaktion aufgenommenen Bücher vor Erstpublikation und in regelmäßigen Abständen einer fachlichen Kontrolle und Evaluierung unterzogen werden.

Es wird daher empfohlen,

- für Österreich eine Plattform analog zum Online-„Materialkompass“ der deutschen Bundeszentrale für Verbraucherbildung^[12] zu schaffen;
- wissenschaftsbasierte Materialien für alle Schulstufen zu bündeln;
- eine Übersicht mit Fokus auf nachhaltige Ernährung anzubieten;
- die Schnittmenge aus Consumer-, Nutrition- und Scientific-Literacy im Auge zu behalten;
- die Qualitätssicherung der gelisteten Materialien über die Expertise multidisziplinärer Teams (z. B. Expertinnen und Experten aus Bildungswissenschaft, Fachdidaktik und Fachwissenschaft) zu gewährleisten;
- dafür ausreichend zeitliche und finanzielle Ressourcen zur Verfügung zu stellen.

Zudem wird empfohlen, Fachleute in die Kommission zur Begutachtung jener Schulbücher aufzunehmen, die Ernährungsaspekte mitbehandeln, etwa Bücher für Biologie, Chemie etc. Dadurch sollte gewährleistet sein, dass diese Inhalte ebenfalls fundiert geprüft werden.

Hintergrund: **Viele Materialien – heterogene Qualität**

Im Rahmen der Schulbuchaktion gibt es für Ernährungs- und Verbraucherbildung approbierte Schulbücher. Dieses Angebot gilt es aufrechtzuerhalten. Zusätzlich liegen von zahlreichen Organisationen unterstützende Unterrichtsmaterialien vor. Während Schulbücher, Filme und Videos jeweils von einer eigenen Kommission im Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung begutachtet werden, ist die Herausgabe von weiterem Lehr- und Lernmaterial keinerlei

Standardisierung bzw. Qualitätskontrolle unterworfen. Die Entwicklung und Beurteilung wissenschaftlich fundierter Unterlagen wird zwar in der Ausbildung der Pädagoginnen und Pädagogen im Sinne der Professionskompetenz thematisiert, nichtsdestoweniger tragen Erstellende von Lernmaterial Verantwortung für die vermittelten Inhalte. Eine Plattform für Unterrichtsmaterialien würde es Lehrerinnen und Lehrern erleichtern, wissenschaftsbasierte Materialien auszuwählen. Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) bietet etwa bereits über die Initiative „Kinder essen gesund“ fundierte Unterrichtsmaterialien für Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren an^[13]. Diese Unterlagen wurden nach wissenschaftlichen Kriterien des REVAN-Expertenteams überprüft und entsprechen den aktuellen Erkenntnissen einer gesunden Ernährung. Für Themen der nachhaltigen Ernährung gibt es derartige Angebote (noch) nicht.

8. Praxis ermöglichen: Ausstattung der Schulen verbessern

Um wichtige Praxiserfahrungen im Schulsetting sammeln zu können, braucht es eine entsprechende Ausstattung der Schulen und Nutzung der Infrastruktur.

Es wird daher empfohlen,

- Küchen, wenn vorhanden, regelmäßig zu nutzen, um die Praxis zu üben;
- wenn keine Küche vorhanden ist,
 - idealerweise eine zu implementieren;
 - mobile Küchenblocks zu verwenden;
 - als Übergangslösung etwaige Infrastruktur in der Umgebung (Nachbarschule oder Gemeinschaftspflegeeinrichtung) zu nutzen;
- in einer weiteren Ausbaustufe einen übergreifenden „Fachraum“ zu schaffen, in dem Lehrküche, Experimentierbereich und Verkostungsstation gleichermaßen integriert sind, um verschiedene Formen des fachpraktischen Arbeitens zu ermöglichen;
- einen Schulgarten mit – je nach räumlichen und zeitlichen Kapazitäten – Kräutern, Obst und Feldfrüchten anzulegen;
- den Pädagoginnen und Pädagogen entsprechende Zeit zur Betreuung und Wartung zur Verfügung zu stellen bzw. diese durch anderes Personal zu gewährleisten.

Hintergrund: **Küchen und Gärten wesentlich für Kompetenzaufbau**

Kinder und Jugendliche benötigen zusätzlich zu theoretischem Wissen auch Praxiserfahrungen, um sich in der Ernährungswelt zurechtzufinden und gesunde, genussfähige und mündige Konsumentinnen und Konsumenten zu werden. Neben dem Elternhaus ist die Schule dafür ein prädestinierter Ort. Während in den Mittelschulen durch das Fach Ernährung

und Haushalt Schulküchen vorhanden sind, fehlen diese oft in Kindergärten und Volksschulen. In den Gymnasien werden sie sukzessive abgebaut. Geld für Nachrüstungen und Sanierungsarbeiten müssten von den Schulerhaltern – den Gemeinden – zur Verfügung gestellt werden, was in der Praxis meist an den finanziellen Ressourcen scheitert. National wie international haben sich des Themas ganzheitlich Essen lernen durch Schulküche bzw. -garten bereits zahlreiche Projekte angenommen, z. B. Schule des Essens (Österreich), Koch- und Ernährungsprojekt der Sarah-Wiener-Stiftung (Österreich), Geschmackschule der ARGE Bäuerinnen (Österreich), Edible Schoolyard Project (USA), Kitchen Garden Program (Australien), Smaaklessen (Niederlande), Classes de Goût (Frankreich). Die Evaluationsergebnisse der Projekte zeigen: Kinder bauen dadurch Ernährungs- und Lebensmittelwissen auf, sie lernen schmecken und werden eloquent im Beschreiben ihres Essens. Durch die Team-Erfahrungen in Küche und Garten werden ihre Sozialkompetenzen ausgebaut und sie lernen, Verantwortung zu übernehmen. Sie machen Selbstwirksamkeitserfahrungen und bauen Selbstvertrauen auf; das scheint insbesondere bei jenen Schülerinnen und Schülern der Fall zu sein, die im Regelunterricht weniger Erfolgserlebnisse haben^[14]. Zudem werden über das Kochen und Essen gleichsam interkulturelle Brücken gebaut. Ein Schulgarten mit Freiflächen bietet darüber hinaus die Möglichkeit für mehr Bewegung und Spiel im Alltag und erhöht damit die Chance auf täglich 60 Minuten körperliche Aktivität.

9. Lebenslanges Lernen für alle Menschen fördern

Gerade in Zeiten des Wandels und der Transformation hin zu einer nachhaltigen Gesellschaft sind die Fähigkeit zur kritischen Reflexion und zu systemischem und zukunftsorientiertem Denken sowie Handlungsweisen, die nachhaltige Entwicklung fördern, wesentlich. Diese Entwicklung endet nicht mit dem Schulabschluss. Ernährungsbildung kann als Teil der Bildung für nachhaltige Entwicklung^[15] betrachtet werden, die ebenso das Bewusstsein für die Komplexität von Problemen vermittelt und zu reflektiertem Handeln beiträgt.

Es wird daher empfohlen,

- fundierte Ernährungsbildungsangebote für Erwachsene niederschwellig zu etablieren;
- wissenschaftsbasierte Informationen, Veranstaltungen, Kurse und Online-Formate (E-Learning) zu unterstützen;
- Angebote zu forcieren, um die Kochkompetenzen zu steigern;
- die von der Europäischen Kommission beim Sozialgipfel in Porto im Mai 2022 vorgeschlagenen Lernkonten und Microcredentials einzuführen;
- qualitätsgesicherte Weiterbildungsangebote festzulegen.

Hintergrund: **Bildung ist Voraussetzung für nachhaltige Entwicklung**

Nach Abschluss der allgemeinen und beruflichen Erstausbildung nehmen zu wenige Menschen regelmäßig an Fort- und Weiterbildungen teil. Oft ist Zeit- oder Geldmangel die Ursache dafür, dass keine neuen Kompetenzen erworben oder bestehende Kompetenzen nicht erweitert werden, oder den Menschen sind die vorhandenen Lernangebote und ihre Vorteile gar nicht bekannt. Die Europäische Kommission hat sich daher zum Ziel gesetzt, dass bis 2030 mindestens 60 % der Bürgerinnen und Bürger jedes Jahr an einer qualitätsgesicherten Weiterbildungsmaßnahme teilnehmen sollten^[16]. Denn Menschen, die über solide Kompetenzen verfügen, können Chancen besser nutzen und verfügen in schwierigen Zeiten über ein Sicherheitsnetz. Das trifft auch auf die eigene Versorgungssicherheit zu und hat zudem gesamtgesellschaftliche Relevanz. Schließlich ist Lernen im Feld der Ernährung und Kulinarik ein lebenslanger Prozess, um den Herausforderungen gesellschaftlicher, gesundheitlicher, ökologischer und ökonomischer Natur in den verschiedenen Lebensphasen resilient begegnen zu können. Daher sollte qualitativ hochwertige Ernährungsbildung nicht nur für Pädagoginnen und Pädagogen, sondern für alle Erwachsenen ein Thema der persönlichen Fort- und Weiterbildung sein. Dafür sind die Angebote entsprechend interessant und attraktiv zu gestalten, um eine ernstzunehmende Alternative zu mitunter fragwürdigen – vor allem via Social Media konsumierten – Ernährungs- und Lebensmittelinformationen zu bilden.

Quellen

- [1] Angele C, Buchner U, Michenthaler J, et al. (2021) Fachdidaktik Ernährung. Stuttgart: utb GmbH.
- [2] Bartsch S, Büning-Fesel M, Cremer M, et al. (2013) Ernährungsbildung – Standort und Perspektiven. Ernährungs Umschau 2, M84–M95.
- [3] Heindl I (2003) Studienbuch Ernährungsbildung – Ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung. Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt Verlag.
- [4] Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (2023) Verordnung über die Lehrpläne. www.ris.bka.gv.at (accessed February 2023).
- [5] Buchner U, Leitner G, Abu Zahra R, et al. (2018) Referenzrahmen für die Ernährungs- und Verbraucherbildung in Österreich. Linz.
- [6] Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (2022) Unterrichtsprinzipien. www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/prinz.html (accessed June 2022).
- [7] Mauss M (1923) Die Gabe - Die Form und Funktion des Austauschs in archaischen Gesellschaften. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- [8] Iwuchukwu C (2022) Das Ernährungswissen von gesundheits- und bildungsrelevanten Berufsgruppen als Multiplikatoren für die allgemeine Bevölkerung in Österreich. Universität Wien.
- [9] Bönsch M (2011) Der Lehrer als Vorbild. *Wirtschaft & Erziehung* 63, 68–72.
- [10] Pädagogische Hochschule Oberösterreich (2019) Schwerpunkt Bewusst Leben und Bewegen.
- [11] Bundeszentrum für Ernährung (2022) 2. BZfE-Ernährungstalk.
- [12] Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. Materialkompass. www.verbraucherbildung.de/materialkompass (accessed August 2022).
- [13] Fonds Gesundes Österreich (2022) Kinder essen gesund – Toolbox. kinderessengesund.at/toolbox (accessed June 2022).
- [14] Rathmanner T (2014) Mit Händen, Herz und Hirn: Essen lernen in der Schule. *ernährung heute* 3, 17–19.
- [15] Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung (2023). www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulpraxis/ba/bine.html (accessed February 2023).
- [16] Europäische Kommission (2021) Kommission schlägt Maßnahmen zur Verbesserung des lebenslangen Lernens und der Beschäftigungsfähigkeit vor. ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/de/ip_21_6476 (accessed August 2022).

IMPRESSUM

Herausgeber: forum. ernährung heute
Schwarzenbergplatz 6, 1037 Wien

www.forum-ernaehrung.at

Redaktion: Dr. Marlies Gruber; Elisabeth Sperr, MSc
In Zusammenarbeit mit: Prof. Rim Abu Zahra-Ecker, BEd MA |
Assoz.-Prof. Dr. Claudia Angele | Dr. Christof Argeny | Dr. Michael Blass |
Mag. Helga Cvitkovich-Steiner | Mag. Christian Halbwachs, MSc |
ÖStR. Prof. Mag. Elisabeth Hauer-Banas | FH-Prof. Dr. Elisabeth Hödl |
Univ.-Prof. Dr. Jürgen König | Mag. Katharina Koßdorff | Mag. Lisa Maurer |
Dr. Theres Rathmanner
Lektorat: Conny Brandhofer
Layout und Umsetzung: vektorama.city

Stand: Mai 2023
© forum. ernährung heute 2023

