

## **Ergebnis Workshop Mag. Hanni Rützler**

### **Gesunde Ernährung und Lebensmittelqualität – zwischen Sehnsucht und Wirklichkeit**

#### **Fragestellungen:**

**Was brauchen die TeilnehmerInnen, damit sie gut arbeiten können?  
Wie können wir Ihre Arbeit unterstützen?**

**Mögliche Themenbereiche für Fortbildungsveranstaltungen / Wunsch nach Unterlagen /  
Wissensnetzwerke**

- Getränke
- Genussvolle Gestaltung der gesunden Jause
- Wie kann ich Eltern und Kinder dauerhaft motivieren?
- Griffige Verknüpfung von theoret. Wissen und täglicher Praxis – Schulalltag – 15–19 Jahre
- Gesunde Jause für Hauptschüler
- Gesunde Jause für 14 – 20 Jährige
- Information über diverse Fette
- Einfache Tipps zur gesunden Ernährung – umsetzbar in der Hauptschule für 10–14 Jahre
- LM-Auswahl in der Gemeinschaftsverpflegung – Küche, die Schüler und Erwachsene versorgt – Berücksichtigung des Kostenfaktors
- Gesundes Schulbuffet: allgemeine (Gymnasium) kostengünstige Mittagsmahlzeit
- Wie picke ich vom Buffet die beste Variante aus dem Sortiment
- Gesunde Ernährung – Vermittlung in der Pflichtschule?
- Konkretes Wissen welche Nahrungsmittel günstig für Zusammenstellung der Schuljause
- Ernährung im Unterricht (Volksschule), praxisorientierte Vorschläge
- Gesunde Jause – Tipps für die Volksschule, Gesundes kreativ serviert
- Umsetzbare Lösungen für übergewichtige Schüler bezügl. Gesunde Jause für 4–14 Jahre
- Motivationsmöglichkeiten
- Gesund und trotzdem schnell
- Einfluss der „Großmuttergeneration“ auf das Ernährungsverhalten von Familien – Beratungs-Strategien?

## Wünsche / Vorschläge an die Lebensmittelindustrie und das Ministerium

- Gesunde Ernährung – Wirtschaft (Werbung)
- Mehr Offenheit der Lebensmittelindustrie bezüglich „GESUND“
- Stellenwert des Unterrichtsgegenstandes Ernährung – Anerkennung
- Vitamin- und Mineralstoffverluste bei der „industriellen“ Verarbeitung von Lebensmitteln
- Lebensmittelqualität ist das in Zukunft mehr Zusatzstoffe, Inhaltsstoffe? Vitamine in Zucker? In Tee? Light?
- Definition von Lebensmittelqualität: Bewertung von Zusatzstoffen, Spritzmittel, Düngemittel.
- Vergleich – Frischgekochtes versus Tiefkühlkost bzw. Fertiggerichte
- Schule und die Zukunft der Ernährung! WAS erwartet uns?
- EU und LM-QUALITÄT
- Functional Food? Wie notwendig brauchen wir dies?
- „BIO“ immer gesund?
- „Biologisch“ muss nicht gesund sein!?
- Lebensmittelqualität, Bio hinterfragen
- Lockwörter und trendige Begriffe um Jugendliche (15–20 Jahre) zu Ernährungsumstellung und gesunder Ernährungsweise animieren und motivieren
- LM-Qualität – Kriterien – GENUSS
- Lust und Genuss am Essen fördern
- Light-Produkte
- Sinn sogenannter „Light-Produkte“ zum Thema Abnehmen
- Generell mehr auf gesunde Ernährung ausgerichtete Werbung
- Mehr Stunden für gesunde Ernährung in den Schulen, zumindest keine Kürzungen.
- „Optimale/Gesunde Ernährung“ als schulautonomen Schwerpunkt an vielen / allen Schulen – Empfehlung des BMBWK
- Entsprechende Pausenräume, flexiblere Schulwarte, längere Pausen, mehr Geld für Ausstattung
- Mehr Unterstützung für Ernährungslehrer und Küchenführung – Anerkennung und Aufwertung dieser Unterrichtsgegenstände – auch durch vermehrte Wertschätzung einer Dienstleistung.
- VIDEO: audio-visuelles Medium für Schüler fördern
- Mehr Unterstützung durch die Medien durch positiv besetzte Vorbilder, Film und dgm.
- Mehr Vernetzung und Anerkennung des Schularztes – Eltern, Lehrer
- Eigenes Unterrichtsfach, verpflichtende Ernährungsberatung für alle Schüler mit mind. 1 Praxiswoche und Prüfung, Referatsunterlagen von Mag. Rützler, Folien, Videos, mehr Seminare/Ausbildung für Lehrer an NICHT-Fachschüler, Ernährungsberatung muss für die Medien wichtig werden.
- Easy-Cooking-Rezepte / Sponsoring in Bildfolge für den praktischen Unterricht (Nahrungs-Zubereitung) EHH! Hauptschule, Medium, Mappe/Buch.
- Mehr Zeit – mehr finanzielle Unterstützung z.B. bei Verkostung von Produkten – mehr Fachvorträge an Schulen = Bezahlung?
- Unterrichtsmaterial zu Themen didaktisch gut aufbereitet, Arbeitsmaterialien zum anfassen nicht nur Info!

- Begleitende Unterrichtsmaterialien (Folien, Videos, SbX) passend zu Ernährungslehre – Schulbüchern.
- Informations- und Präsentationsplattformen, Austausch, Evaluierung.
- Zeit für Projekte mit Schülern zum Thema „Essen“, Informationen von der Industrie bzgl. der Nahrungszusammensetzung in den vielen „Fertigprodukten“.
- Volksschule: Kostproben von Sponsoren finanziert! Z.B. Füllung von Schultüten für Anfänger, Kostproben von Fruchtsäften, Referenten für Elternabende!
- Forderung an die Industrie: Zucker- und Fettgehalt in den Produkten senken! Ev. Packungs-Größen verkleinern.
- Mehr und längere Workshops zum Thema: Ernährung im Schulalter, Motivation.
- Werbung: falsche „gesundheitsfördernde“ Information von Produkten wie z.B. „Milchschnitte“ oder „Fruchtzwerge“.