

Ernährungsbildung – Standort und Perspektiven

*Silke Bartsch, Margareta Büning-Fesel, Monika Cremer, Ines Heindl,
Andrea Lambeck, Petra Lührmann, Anke Oepping, Christel Rademacher,
Sabine Schulz-Greve für die DGE-Fachgruppe Ernährungsbildung*

Ernährungsbildung ist ein Prozess, der mit der Geburt bereits begonnen hat und sich lebensbegleitend vollzieht. Die Fachgruppe Ernährungsbildung skizziert in diesem Beitrag Phasen der Ernährungsbildung, geht ein auf die Situation in Deutschland, formuliert Ziele vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Situation und Verantwortung und benennt die aktuellen Herausforderungen.



© ugoecuti/Fotolia.com

Bildung dient u. a. der Befähigung des Menschen zu einer eigenständigen und eigenverantwortlichen Lebensführung in sozialer und kultureller Eingebundenheit und Verantwortung [1, 2]. Ernährungsbildung zielt darauf ab, Menschen zu befähigen, die eigene Ernährung politisch mündig, sozial verantwortlich und demokratisch teilhabend unter komplexen gesellschaftlichen Bedingungen zu entwickeln und zu gestalten. Sie ist immer auch Esskulturbildung, beinhaltet ästhetisch-kulturelle sowie kulinarische Bildungselemente und trägt zur Entwicklung der Kultur des Zusammenlebens bei.

Ernährungsbildung wird in einem offenen und lebensbegleitenden Prozess biografisch angeeignet und ist eingebunden in Wechselwirkungen mit dem soziokulturellen Umfeld [1, 2]. Dieser Prozess beginnt mit der prä-/perinatalen Sinnesbildung, durchläuft verschiedene Orte und Stationen mit erzieherischen und bildenden Einflüssen inklusive der informellen und der formalen Bildungsprozesse. Diese Orte der „Weitergabe und Aneignung“ waren schon immer vielfältig und sind es heute noch: Familie, Sippe, Freunde, Privathaushalt, Küche, Garten, Schule, Hochschule, Arbeitsplatz, Supermarkt usw. Unterschiedlichste Medien wie Zeitschriften, Bücher, Filme und das Internet tragen zur Ernährungsbildung bei. Das „erste“ Medium war und ist jedoch der Mensch.

Ernährungsbildung leistet im doppelten Sinne einen Beitrag zur Gesundheitsförderung: Einerseits ist Gesundheit Grundlage für Bildung und Entwicklung, andererseits sind gute Bildung und Entwicklung Grundlagen für Gesundheit und Wohlbefinden.

Im Folgenden werden die Aspekte der Ernährungsbildung in den verschiedenen Lebensphasen unter besonderer Berücksichtigung der Situation und der sich ergebenden Herausforderungen dargestellt und diskutiert.

Bildung – Erziehung [2]

Bildung ist die Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst und seiner kulturellen, materiell-dinglichen, sozialen Umwelt. Sie findet nicht nur in bildungsrelevanten Institutionen, sondern auch im Alltag statt.

Formale Bildungsprozesse sind institutionell verankert und finden planvoll i. d. R. nach Curricula der Bildungsinstitutionen statt. **Informelle Bildung** findet eher zufällig, nebenher und ohne Absicht statt und ist nicht institutionell organisiert. Sie kann sowohl innerhalb als auch außerhalb von formalen Bildungsinstitutionen zustande kommen, z. B. in der Familie, zusammen mit Freunden, mit Mitschülern, beim Sport [3].

Erziehung ist eine beabsichtigte, normengeleitete und gelenkte Vermittlung von Wissen und Verhaltensregeln, z. B. in der Familie, der Schule, im Beruf, in der Freizeit.

Frühkindliche Ernährungsbildung

Frühkindliche Ernährungsbildung beginnt im Mutterleib und umfasst etwa die ersten drei Lebensjahre. Die Bildungsprozesse sind in dieser ersten Phase noch nicht formalisiert. Rechtliche und curriculare Vorgaben gibt es für Kindertageseinrichtungen (Kitas) nicht durchgängig. Ernährungsbildung ereignet sich informell, zwischen den Einflüssen privater und öffentlicher Verantwortung, in der Familie, der Kita und der Tagespflege. Dabei sind zwei übergeordnete Wirkfaktoren wesentlich: Zum einen der Aufbau von Bindung und Beziehung, zum anderen die professionelle Responsivität von Betreuungspersonen d. h. eine prompte und stimmige Reaktion des Erwachsenen auf das Verhalten des Kindes.

Diese beiden Faktoren bedeuten für das Heranwachsen der Kleinkinder eine Welt der Verbindlichkeit und Verlässlichkeit.

Geschmacksbildung in Schwangerschaft und Stillzeit

Frühkindliche Ernährungsbildung bedeutet Sinnesbildung. Bereits im Mutterleib und später in der Stillzeit sprechen Nahrung und Essen Kinder über die Fähigkeit der sinnlichen Wahrnehmung an [4]. Das Kind kommt durch die Ernährung der Mutter mit einer Fülle von Geschmacksnuancen in Kontakt, setzt sich mit ihnen auseinander und macht sich vertraut. Dabei bringt es angeborene und evolutionsbedingte Vorlieben und Abneigungen mit. Um das Überleben zu sichern, mussten unsere Vorfahren energiedichte Nah-

DGE-Fachgruppe Ernährungsbildung

Das Präsidium der DGE hat im Juli 2010 die Einrichtung einer Fachgruppe Ernährungsbildung beschlossen, um damit die Kompetenz im Bereich der Umsetzung von Ernährungswissenschaft speziell im Bereich der Ernährungsbildung zu bündeln und nach außen sichtbar zu machen. Die Fachgruppe hat sich am 23. September 2010 in Bonn konstituiert.

Kernaufgabe der Fachgruppe ist es, konzeptionell zu arbeiten, Themen auszuwählen, Problemstellungen, Bedarfe und Lösungsansätze aufzuzeigen und in geeigneter Weise an relevante Entscheidungsträger und Akteure zu kommunizieren. Dazu gehört insbesondere das Arbeiten im politischen Raum.

Mehr zu den Zielen und Themenbereichen auf der Homepage der DGE unter www.dge.de/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=70



Kindertagesstätten bieten viel Potenzial für die Ernährungsbildung

rung suchen, die meist an einem süßen Geschmack erkennbar ist. Mit der Vorliebe für süß sind alle Kinder ausgestattet. Geschmackspräferenzen werden schon in vorgeburtlichen Phasen gebildet und das Angebot an vielfältigen Geschmacksnuancen durch die Mutter ist von großer Bedeutung. Säuglinge akzeptieren später neue Lebensmittel leichter, wenn die Mutter in der Schwangerschaft und Stillzeit abwechslungsreich und vielseitig gegessen hat [5].

Essen lernen im Kleinkindalter

Mit der Einführung der Beikost wird das Lebensmittelangebot verbreitert. Neue Erfahrungen mit Gerüchen, Geschmacksnuancen, Texturen werden gemacht, die Bandbreite der Sinnesbildung reicht von Ekel bis Genuss. Auf dem Weg von der „Einfalt“ standardisierter Fertignahrung zur Geschmacksbildung durch vielfältige Geschmacksrichtungen sind folgende Einflüsse und Phasen zu berücksichtigen:

- Die Auswahl von Lebensmitteln, ihre Zubereitung und wann und wo gegessen wird, ist immer kulturell geprägt. Lebensmittel, Rezepte, Mahlzeiten, Menüs, Essanlässe werden als gemeinschaftliches Verständigungsmittel genutzt.

– Ob gerne gegessen wird oder nicht, wird sozial erlernt und ist eine Frage der Gewöhnung. Jedes Esserlebnis verstärkt oder verändert bereits gemachte Erfahrungen. Eine positive emotionale Atmosphäre unterstützt die Geschmacksbildung. Kinder lernen von Erwachsenen und bewerten das Essen positiv, wenn die Atmosphäre beim Essen freundlich und aufgeschlossen ist [6].

– Bei der Auswahl auf Vertrautes zu setzen, verspricht Sicherheit und Sicherung der Ernährung. Die Lebensmittelauswahl nach dem Prinzip „Iss, was du kennst“ ist evolutionsbiologisch bedingt und die Angst vor neuen Lebensmitteln (Neophobie) ein typisches Phänomen im Kleinkindalter [4]. Phasen der Monotonie können daher länger andauern. Für die Geschmacksbildung bedeutet es dann, den neuen Geschmack immer wieder geduldig anzubieten, Vorbild zu sein und durch positive Geschichten die Neugier zu wecken. In diesem Sinne wirkt das Essenlernen gewohnheitsbildend und für eine Geschmacksvielfalt konditionierend.

– Bei der Geschmacks- und Sinnesbildung wirkt der *Mere-Exposure-Effekt* [7]. Kinder sind dem Angebot und dem Essverhalten bei Tisch, in der Familie, in der Kita sozusagen „ausgesetzt“. Sie können

dies nicht verhindern. Essen und Genuss werden beim Essen gelernt. Erfahren Kinder genussvolles Essen in Zusammenhang mit guten Vorbildern, so verknüpfen Kinder diese Situationen/Emotionen mit den Speisen und den gemachten sinnlichen Erfahrungen. V. a. Gerüche erinnern an Situationen, Emotionen und die erlebte Atmosphäre des Essens und des Essenlernens, da das Riechzentrum direkt synaptisch mit dem limbischen System verschaltet ist.

– Ein evolutionsbiologisches Programm ist auch die spezifische sensorische Sättigung. Sie führt zu Abwechslung in der Lebensmittelauswahl und erweitert damit das Spektrum an aufgenommenen Nährstoffen. Jede Lieblingsspeise verliert, wenn sie immer gegessen wird, ihre Sonderstellung und ihre Attraktivität [7].

Ess- und Genussgeschichten¹ bieten Beziehungs- und Betreuungspersonen viele Chancen. Sie unterstützen das Essenlernen und begleiten Kinder ein Leben lang. Hier können Eltern, Familienangehörige, Betreuungspersonen wie Tagesmütter, Au-pairs oder Fachkräfte in Kitas ansetzen. Doch sie wissen oft nicht um die Bedeutung von sinnlicher Bildung in der frühen Lebensphase für die Ausbildung von Ernährungsgewohnheiten. Multiplikatoren im Umfeld junger Familien sind kaum geschult, Eltern in der Ernährungsbildung zu unterstützen. Vorbildlich wirken in dieser Hinsicht Aufbau und Aktivitäten des Netzwerks „Gesund ins Leben – Netzwerk Junge Familie“ (www.gesund-ins-leben.de).

Ernährungsbildung in der Kita – Lernen im Alltag

In der Kita können Kinder eigenverantwortliches, ungezwungenes und genussvolles Essen und Trinken erlernen – aus einer breiten Auswahl heraus und in der anregenden Gesellschaft von Gleichaltrigen, die oft aus vielen unterschiedlichen Kultu-

¹„Geschichten“ im Sinne von „Biografien“/Erfahrungen

ren kommen. Ein ausgewogenes Lebensmittelangebot, einfache Sinnesexperimente, gemeinsame Mahlzeiten und die Mitarbeit der Kinder bei deren Vor- und Zubereitung fördern ein gesundes Ess- und Trinkverhalten sowie die Sinneswahrnehmung. Darüber hinaus können – entsprechende pädagogische Zielorientierung vorausgesetzt – feinmotorische, kognitive, soziale und interkulturelle Lernmöglichkeiten im Umgang mit Nahrung und Essen geschaffen werden. Entdeckungsreisen zu den Ursprüngen der Lebensmittel können Kindern deren Herkunft deutlich machen. Die Essgewohnheiten der Kinder werden – auch wenn das Elternhaus sie zu allererst prägt – in der Kita entscheidend weiterentwickelt. In einer Kita, die gleichzeitig Bildungs- und Entwicklungsprozesse bei Kindern stärkt, kann Ernährungsbildung langfristig positive Wirkungen für den gesamten Lebenslauf der Kinder entfalten, denn hier werden frühzeitig und unmittelbar Impulse für den Ernährungsalltag der Kinder und ihrer Familien gesetzt.

Diese Chancen der Kita als Ort für Ernährungsbildung werden noch nicht ausreichend genutzt. Ein Grund ist die problematische Personalsituation in vielen Einrichtungen: unbefriedigende Personalschlüssel, ein unterschiedlicher Beschäftigungsumfang mit über 60 % in Teilzeit arbeitenden Fachkräften mit einer unaus-

geglichenen Altersstruktur, die einen Fachkräftemangel inzwischen unausweichlich werden lässt.

Ein weiteres Problem sind die von Bundesland zu Bundesland unterschiedlichen Bildungspläne im Elementarbereich. So ist Ernährungsbildung in den Bildungsplänen der Bundesländer nicht systematisch verankert und teilweise nicht einmal explizit benannt – hier besteht dringender Handlungsbedarf. Zudem ist eine Qualifizierung der Fachkräfte und/oder externe Unterstützung erforderlich.

Über Essen und Trinken können Kinder im Kita-Alter viel lernen: dass Essen und Trinken ein Genuss für alle Sinne und Hunger nicht gleich Appetit ist, dass gemeinsames Essen Spaß macht, aber auch Regeln braucht, dass z. B. beim Zubereiten des Essens ihre Mithilfe erwünscht ist und schließlich, wo Lebensmittel überhaupt herkommen und wie sie entstehen.

Essen und Trinken sind ein Genuss für alle Sinne

Mit den Sinnen erschließen sich Kinder die Welt – auch die der Lebensmittel. Sie (er)hören, (durch)schauen, (be)greifen ihre Umgebung, sie kommen auf den Geschmack, können etwas gut oder aber gar nicht riechen. Je besser die Sinne geschult sind, desto besser können Kinder die geschmacklichen Feinheiten von

Erfolgsfaktoren von Ernährungsbildung in der Kita

Ernährungsbildung im Kita-Bereich greift insbesondere dann, wenn

- sie mit Bildungszielen und -prozessen verknüpft wird,
- sie im Alltag der Kitas verankert wird,
- Verpflegungsangebot und Ernährungsbildung Hand in Hand gehen,
- Kita-Leitung und pädagogische Fachkräfte sowie Eltern partnerschaftlich eingebunden werden und
- auch die Elternarbeit konzeptionell verankert ist.

Speisen wahrnehmen – eine bedeutende Voraussetzung für genussvolles Essen und Trinken. Die gespeicherten Geschmacksempfindungen, Düfte und das Mundgefühl sind Erinnerungen von lebenslanger Bedeutung für das, was schmeckt. Über eine intensive Beanspruchung aller Sinne lernen Kinder auch langsam und bewusst zu essen und auf Sättigungssignale zu achten. So steigen die Chancen der Selbstregulierung und die Wahrscheinlichkeit, über den Hunger hinaus zu essen, sinkt. Für Kinder ist es wichtig, dass sie bspw. nicht nur „sprechen“ und „laufen“ lernen, sondern auch „riechen“ und „schmecken“. Mithilfe einfacher Experimente lernen sie, die verschiedenen Geschmacks- und Geruchskomponenten der Nahrung wahrzunehmen.

Hunger ist nicht gleich Appetit

Kinder haben ein angeborenes Gespür für Hunger und Sättigung. Bestimmte Gewohnheiten und Gefühle können die Signale und somit die Nahrungsaufnahme ebenfalls stark beeinflussen. Wenn Kinder bspw. gelernt haben, Essbares als Ersatz für Zuwendung zu empfangen, ist es

Kitas sind ein geeigneter Ort für die Ernährungsbildung:

- Sie bieten ein großes Potenzial: In rund 50 000 Kitas in Deutschland betreuen 400 000 Beschäftigte ca. 3 Mio. Kinder im Alter von 0–6 Jahren.
- Über die Kitas können ca. 90 % der Kinder in der Altersgruppe erreicht werden, auch die Kinder aus sozialen Risikogruppen.
- Im Kindergartenalter erlernte Verhaltensweisen sind prägend für das weitere Leben.
- Ein zunehmender Teil der Kita-Kinder nimmt nicht nur das zweite Frühstück, sondern auch das Mittagessen in der Kita ein.
- Über die Kita kann der Zugang zur Familie gelingen.

sehr wahrscheinlich, dass sie sich auch als Erwachsene mit Lebensmitteln belohnen und trösten. Zwar kann Essen angenehme Gefühle hervorrufen, Zuwendung kann es jedoch keinesfalls ersetzen. In der Kita können Kinder darüber hinaus mit einfachen Übungen lernen, auf ihren Körper zu hören und seine Signale bewusst wahrzunehmen.

Gemeinsam Essen macht Spaß und braucht Regeln

Gemeinsame Mahlzeiten mit den Erziehern und Freunden in der Kita steigern den Genuss beim Essen. Am Tisch können sich Kinder mit anderen austauschen, schauen, was andere essen und Neues probieren. Sie lernen viele Lebensmittel kennen und erhalten zahlreiche Geruchs- und Geschmackseindrücke für ihr sensorisches Gedächtnis. Die richtigen Rahmenbedingungen schafft das pädagogische Team. Als Vorbilder prägen die Fachkräfte dabei die Ernährungsgewohnheiten der Kinder auch durch ihr eigenes Essverhalten entscheidend mit. Feste Zeiten und Regeln fürs Essen und Trinken geben dem Alltag und der Bedürfnisbefriedigung der Kinder zudem einen Rahmen, an dem sie sich orientieren können. Das hilft ihnen beim Aufbau ihres Selbstmanagements und stärkt ihr Sozialverhalten.

Mithelfen und Experimentieren

Kinder genießen es, wenn sie den Tisch decken und wie die Großen Speisen vor- und zubereiten dürfen. Die Wertschätzung des Essens, die Wertschätzung der Arbeit und ein frühzeitiger selbstverständlicher Umgang mit einfachen Küchengeräten und Geschirr sind wichtige Lerneffekte. Das motorische Training steigert die Handlungskompetenz, die Selbstständigkeit und das Selbstbewusstsein. Der praktische Umgang mit Lebensmitteln und Tischkultur bekommt einen festen Platz im Alltag. Je mehr Handlungsspiel-

raum und Erfahrungsmöglichkeiten Kinder bei der Nahrungszubereitung haben, desto mehr können sie lernen und desto zufriedener sind sie mit sich selbst. Bei der Nahrungszubereitung erfahren die Kinder die Gemeinschaft mit anderen sowie deren Hilfe und Unterstützung. Und sie lernen eigene Bedürfnisse aufzuschieben. So müssen sie ihren Hunger ein wenig zügeln, bis alle gemeinsam die Mahlzeit fertig zubereitet haben.

Den Ursprung der Lebensmittel kennen lernen

V. a. Stadtkinder kennen den Ursprung der Lebensmittel häufig nicht mehr. Sie können den Zusammenhang zwischen Milch, Käse und Butter oft nicht herstellen. Dass Brötchen, Nudeln und Kuchen allesamt aus Getreide hergestellt werden, ist ebenfalls nicht unbedingt klar. Entdeckungsreisen mit den Kindern helfen ihnen, die Vielfalt der Lebensmittel zu erschließen und ihren Wert zu erkennen. Ein Besuch auf dem Bauernhof, beim Bäcker, in der Saftfabrik oder Molkerei macht Kindern vieles deutlich. Die Kinder lernen, den Wert ihrer Lebensmittel zu schätzen.

Ernährungsbildung in der Schule

Kinder und Jugendliche verbringen mindestens zehn Jahre in allgemeinbildenden Schulen (Primarstufe, Sekundarstufe I). Diese sind Lern- und Lebenswelten, sie sozialisieren und erziehen, bilden und prägen für die Auseinandersetzung mit der und die Aneignung von Welt. Grundschulen und weiterführende Schulen sind die gesellschaftlich zuständigen und legitimierte Institutionen, um „Allgemeinbildung“ zu vermitteln, zu prüfen und zu bescheinigen. Diese Bildung ist notwendig, um die Weitergabe des kulturellen Erbes zu sichern und gesellschaftliche Kommunikation zu ermöglichen.

Zudem hat jedes Schulkind gleichzeitig einen Bildungsanspruch, um gesellschaftliche Teilhabe erlangen zu können. Heute sind im Bereich der

Ernährungsbildung v. a. ernährungs- und konsumrelevante Kompetenzen gefragt, da sich im Rahmen der gesellschaftlichen Veränderung der Agrar- zur Industrie- und Dienstleistungsgesellschaft das Spektrum von „Beschaffung und Produktion von Lebensmitteln“ hin zu „Auswahl und Konsum“ verschoben hat [8]. In diesem „Kanon der Allgemeinbildung“ gilt es, die Qualität und den Stellenwert der Ernährungsbildung auf den Prüfstand zu stellen.

Formale Ernährungsbildung: 16-mal unterschiedlich

Formale Ernährungsbildung in Deutschland ist föderalistisch-institutionell organisiert und fachlich in jedem der 16 Bundesländer unterschiedlich realisiert. Sie folgt keiner gemeinsamen Zielorientierung. Ähnliches gilt für die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Fachlehrkräften für den ernährungsbildenden Unterricht.

Das European Network for Health Promoting Schools formulierte bereits Ende der 1990er Jahre in seinen Zielen Kriterien für die schulische Ernährungsbildung, die u. a. vorsehen, dass für jeden Schüler eine Ernährungs- und Verbraucherbildung fächerübergreifend zu gewährleisten ist und alle Lehrkräfte und schulischen Mitarbeiter über Grundkenntnisse zeitgemäßer Ernährungs- und Verbraucherbildung verfügen sollten [9]. Rein formal beinhaltet das Schulgesetz in jedem Bundesland den Auftrag zur Erziehung und Bildung von Heranwachsenden im Hinblick auf Gesundheit, Ernährung und Persönlichkeitsentwicklung. Aber in den Curricula, Zeittafeln und Fachräumen der Schulen hat die Ernährungs- und Verbraucherbildung vergleichsweise wenig Raum. Sie ist häufig als Querschnittsaufgabe für alle Fächer oder als Wahlthema in Konkurrenz mit anderen zu finden und wird oft lediglich im Rahmen von Projekttagen und -wochen umgesetzt (Projektitis).²

²Vgl. hierzu die Lehrplan-Datenbank unter www.kmk.org

Wünschenswert: Ernährungsbildung als Spiralcurriculum

Insgesamt werden der fachliche Anspruch und der individuelle, soziale und gesellschaftliche Nutzen der Ernährungs- und Verbraucherbildung auf allen Ebenen unterschätzt. Anders ist es nicht zu erklären, dass es bildungspolitisch noch nicht – wie auf europäischer Ebene empfohlen – gelungen ist, die entsprechenden Bildungsziele, -inhalte und -themen verbindlich für alle Schüler in den Kanon der Allgemeinbildung aufzunehmen. Auch der Transfer der bereits vorliegenden inhaltlich-wissenschaftlichen, pädagogischen und didaktischen Konzepte auf die Ebene von Entscheidungsträgern, Lehrkräften, Schulen und Schülern findet nicht, kaum oder nur unzureichend statt.

Eine in sich schlüssige und aufeinander aufbauende formale und ergänzend informelle Ernährungsbildung im Sinne eines **Spiralcurriculums** bietet eine Orientierung für alle an Schule und Bildung Beteiligten, um dem entsprechenden Bildungsanspruch gerecht werden zu können. Eine natur- und kulturwissenschaftlich orientierte, sachlich fokussierte und didaktisch aktualisierte Ernährungs- und Verbraucherbildung, wie sie mit dem REVIS-Curriculum [10] formuliert wurde, bildet die Basis für zahlreiche Perspektiven sowohl für die Schüler als auch für die beteiligten Verantwortlichen, wie Lehrkräfte, Schulleitungen, Schulentwickler sowie Entscheidungsträger in Verwaltungseinrichtungen und Ministerien.

Insgesamt gilt es, die sächlichen und personellen Rahmenbedingungen für diesen Bildungsbereich deutlich auszubauen sowie Wissen, Image und

³An dieser Stelle wird nicht diskutiert, wie sich Mahlzeitenverhalten durch das zunehmende Snackverhalten auch im schulischen Rahmen verändert.

⁴Mit der aktuellen Lage der Schulverpflegung in Deutschland wird sich das Special in Ernährungs Umschau 3/2013 beschäftigen.

Wertschätzung bei Entscheidungsträgern aller Ebenen zu steigern. Mit einer gemeinsamen Zielorientierung – im Sinne eines Spiralcurriculums – für die formale Ernährungsbildung im Hinblick auf den Output sollte es gelingen, dass Schule mehr Verantwortung übernehmen kann und übernimmt, wenn es darum geht, die interdisziplinäre Querschnittsaufgabe „formale Ernährungsbildung“ durch verschiedene Unterrichtsfächer zu meistern.

Ergänzend dazu müssen informelle schulische Angebote zur Ernährungsbildung Qualitätsstandards genügen, die der Zielorientierung dienen. So haben versteckt werbende Maßnahmen und Materialien in Schulen ebenso wenig zu suchen wie kommerzielle oder andere interessengeleitete Angebote, die nicht mit der Zielsetzung der formalen Ernährungsbildung vereinbar sind.

Schulmahlzeit: Lernort für Ernährungsbildung

Qualität und Gestaltung der schulischen Verpflegungsangebote sind Teile der informellen Ernährungsbildung. Dies liegt selten im Bewusstsein der Verantwortlichen bzw. die Verantwortung für diesen Teil der Ernährungsbildung ist nicht definiert. Deshalb stehen Verpflegung und Ernährungsbildung im Schul-

alltag oft ohne Bezug nebeneinander. Die Mittagsverpflegung wird oft „outgesourct“ und die Verantwortung den Caterern überlassen. Die Chancen der Schulmahlzeit in Hinblick auf die Geschmacks- und Esskulturbildung werden häufig unterschätzt und das Potenzial aus verschiedenen Gründen (Halbtags-schulstrukturen, Organisation als zusätzliche Belastungen für Schulleitung und Lehrpersonal, finanzielle Gründe) noch viel zu wenig genutzt. Allein das Schulfrühstück (oft das erste und einzige Frühstück) bietet in Grundschulen an ca. 200 Schultagen im Jahr Raum für Esskulturbildung. Durch die Entwicklung hin zu immer mehr Ganztags-schulen bekommt die Schulverpflegung einen immer höheren Stellenwert für die Ernährungssozialisation und **Enkulturation**. Im Jahr 2008 waren es bundesweit 16,5 % Schüler ab 14 Jahren, die eine Schulmensa besuchten [11, 12].³

Gesetzliche Regelungen zur Schulverpflegung sind marginal und er-

Glossar

Spiralcurriculum = Didaktisches Konzept zur spiralförmigen Anordnung der Lerninhalte in den Curricula über mehrere Schuljahre, um die entwicklungs- und lernpsychologische Entwicklung der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen. Einzelne Thematiken werden in den aufeinanderfolgenden Jahrgangsstufen auf einem jeweils höheren Niveau wiederholt, vertieft und differenziert.

Enkulturation = die Aneignung von Kultur



Für eine gute Schulverpflegung sind nicht nur die Lebensmittel wichtig – die Mensa ist auch ein Ort sozialen Zusammenlebens⁴

schöpfen sich weitgehend in der Angebotspflicht eines Mittagessens bei Ganztags schulbetrieb. Das Verpflegungsangebot in Schulen sollte aber zumindest den ernährungsphysiologischen Grundanforderungen der Zielgruppe genügen. Seit 2007 gibt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung bundesweit den DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung [13] heraus. Er hat Empfehlungscharakter und gibt Schulen Hilfestellung in der Organisation und Gestaltung der Mittagsverpflegung. Weitere Unterstützungsangebote bieten im Rahmen der inForm-Kampagne z. B. auch die Vernetzungsstellen Schulverpflegung der Bundesländer an [12].

Für die Übermittagsbetreuung der Kinder mangelt es häufig an professioneller Begleitung durch Fachkräfte mit ernährungs- und gesundheitspädagogischer Grundbildung.

Ziel muss es sein, formale und informelle Ernährungsbildung mit einem gemeinsamen pädagogischen Konzept und einer gemeinsamen Zielorientierung aufeinander abzustimmen. Das Verpflegungskonzept muss als integraler oder additiver Bestandteil des Curriculums einer Ernährungs- und Esskulturbildung verstanden werden. Anders als im Unterricht können im außerunterrichtlichen Bereich Routinen und Gewohnheiten gefördert werden. Im Rahmen der Schulentwicklungsprozesse werden dazu in den Leitbildern von Schulen Ziele und Verantwortung der Schulen und ihrer am Schulleben Beteiligten definiert und

kommuniziert. In Einzelfällen wird dazu externe Beratung und Unterstützung herangezogen, die jedoch nicht strukturell abgesichert sind und v. a. vom Engagement der Schulleitungen, Lehrkräfte und Eltern abhängen.

Ernährungsbildung in Grundschulen

Im Schuljahr 2010/11 besuchten je ca. 1,4 Mio. Mädchen und Jungen etwa 16 290 Grundschulen in Deutschland [14]. Sie finden hier nicht nur neue und verlässliche Strukturen für das Leben und Lernen, sie werden auch konfrontiert mit einer neuen Kultur des Zusammenlebens und auch des Zusammenessens, bringen aber bereits vielfältige Einstellungen, Kenntnisse, Fähigkeiten in Sachen Essen und Ernährung mit. Vor dem Hintergrund, dass Essen vorwiegend in der Kindheit – und zwar durch und beim Essen – erlernt wird, ist die Gestaltung von Esssituationen mit Kindern eine pädagogische Aufgabe mit weitreichender Verantwortung für Individuum und Gesellschaft.

Grundschule als Lebensraum

Grundsätzlich finden im Grundschulalter insgesamt viele spannende „äußere“ und „innere“ Prozesse und Ereignisse statt, die das Verhältnis zwischen Bindung und Selbstständigkeit verändern. Solidarität und Abgrenzung erfahren neue Dimensionen in der Begegnung und Auseinandersetzung mit Kindern und Erwachsenen aus der neuen Lern- und Lebenswelt „Grundschule“ [15]. Die

Welt des Essens und des Umgangs mit Körper, Nahrung, Mahlzeitengemeinschaft gehört dazu und lässt Kinder in der Begegnung mit anderen „über den Tellerrand“ blicken. Die eigene Persönlichkeit wird in diesen neuen Zusammenhängen über die familialen Erfahrungen hinaus entdeckt und entwickelt. Die Gestaltung des persönlichen und gemeinsamen Essalltags ist Teil der Identitätsbildung.

Ernährung im Grundschulunterricht

Die abnehmenden Kompetenzen in der Nahrungszubereitung und die zunehmende Individualisierung des Essens sowie die Entstrukturierung des Alltags lassen es immer weniger zu, dass Ernährungsbildung im Privathaushalt praktisch stattfindet [16]. Aber auch im Unterricht der Grundschule mangelt es an praktischen Übungseinheiten und gemeinsamen Reflexionsgelegenheiten: Einkaufen, Essen, Nahrung zubereiten, Mahlzeiten einnehmen sowie Entsorgen ist im unterrichtlichen Zusammenhang der Primarstufe schlichtweg nicht vorgesehen.

Die Achtung und intensive Beschäftigung mit der eigenen Alltags- und Esskultur ist aber immer geboten, damit formale oder informelle Ernährungsbildung auf fruchtbaren Boden fallen und auf das individuelle, soziale und gesamtgesellschaftliche Denken und Handeln übertragen werden können. Oftmals ist eine von Normen geleitete Vermittlung von Wissen und Verhaltensregeln (Ernährungserziehung) gängige Unterrichtspraxis, in der irrigen Annahme, sie könnten das persönliche Essverhalten beeinflussen [17]. Das Zusammenbringen kognitiver wissenschaftlicher Zusammenhänge mit den eigenen emotionalen und affektiven Verhaltensweisen in Hinblick auf das Konsum- und Essverhalten erfordern jedoch eine erhebliche Transferleistung – nicht nur bei Kindern. Dies wird in der überwiegenden Zahl der Medien, Materialien und Unterrichtsentwürfe in keiner Weise beachtet.

Im Rahmen des Forschungsprojekts REVIS (Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen) wurden Bildungsziele und Kompetenzen formuliert. Im Mittelpunkt der modernen Ernährungs- und Verbraucherbildung nach REVIS stehen der essende, handelnde Mensch und die Entwicklung der individuellen und soziokulturellen Ressourcen. Autonomie und Solidarität markieren das Ziel dieser Bildung in der modernen Gesellschaft. Diese wiederum ist darauf angewiesen, dass ihre Mitglieder kritisch, selbstbestimmt und solidarisch zu ihrer Weiterentwicklung beitragen. Ernährungs- und Verbraucherbildung gehört dazu! (www.evb-online.de)

Ernährungsbildung in der weiterführenden Schule (Sekundarstufe I)

Alle Jugendlichen gehen ab der 5. bzw. 7. Jahrgangsstufe in weiterführende Schulen, wobei die allgemeine (Voll-)Schulpflicht in Abhängigkeit vom Bundesland nach dem 9. oder 10. Schulbesuchsjahr endet.

Da die Schulpflicht in der Sekundarstufe I in recht unterschiedlichen Schulformen erfüllt werden kann, ist das soziale Umfeld stark durch den Schultypus geprägt.⁴ Dies wiederum beeinflusst die Gesundheitschancen, z. B. das Risiko für Übergewicht [18]. Zwei Tendenzen sind zu erkennen. Die erste ist die bundesweit sich entwickelnde Zweiteilung in Gymnasium und Sekundarschulen. Diese sind zurzeit noch durch eine große Vielfalt bestimmt (Gemeinschaftsschulen, Hauptschulen, Real-/Mittelschulen, Werkrealschulen, Gesamtschulen etc.), werden aber in Richtung einer integrierten Gesamtschule umgebaut. Die zweite Tendenz ist der Umbau von der traditionellen Halbtagschule hin zur Ganztagschule mit einer verpflichtenden Mittagsverpflegung. Mit diesem Umbau sind zahlreiche Chancen im Bereich der Gesundheitsförderung und der Ernährungsbildung verknüpft. Hier können alle Jugendlichen in einer Altersstufe mit einer großen Offenheit für außerfamiliäre Lebens- und damit implizit Essmuster erreicht werden und gesundheitsförderliche Routinen aufgebaut werden.

Schule als Lebensraum

Jugendliches Essverhalten wird durch die für diese Altersphase typischen Entwicklungsaufgaben (Ablösung vom Familienesstisch und gleichzeitige Bestimmung eines eigenen Ess-Stils etc.) beeinflusst. Entsprechend hat Essen im häuslichen Umfeld mit den Eltern und im außerhäuslichen Umfeld mit den Peers einen unterschiedlichen Stellenwert und unterschiedliche Bedeutungen [19]. Schule als Lebensraum steht zwischen der Privatheit des Eltern-

hauses und der Öffentlichkeit der Peergroup. Dadurch ergeben sich im schulischen Lebensraum Chancen, erstens durch neue Impulse im Unterricht, durch Peers und bei der Schulverpflegung Gestaltungsalternativen beim Essen kennenzulernen, und zweitens durch Angebote zur Schulverpflegung auch außerfamiliäre Routinen auszubilden – die gesundheitsförderlich sein können oder auch nicht.⁵

Ernährung im Unterricht der Sekundarstufe I

Wünschenswert ist eine formale Ernährungsbildung, die sich in allen Ländern an gemeinsamen Bildungszielen (EVB-Curriculum nach REVIS) orientiert und einem schlüssigen Spiralcurriculum folgt [20–22]. Tatsächlich werden Curricula als Rahmen-, Kernlehrpläne oder Bildungspläne etc. für die Schulformen und -fächer in den Bundesländern festgelegt, entsprechend variieren auch die Fachbezeichnungen und Bezugsfächer für die Ernährungsbildung. Trägerfächer in der Sekundarstufe I sind erstens Fächer, die traditionell der haushaltsbezogenen Bildung im weiteren Sinne zugeschrieben werden, zweitens (naturwissenschaftliche) Fächer, die ernährungsbildende Teilaspekte im Blick haben. Darüber hinaus finden sich häufig auch allgemeine Ansätze zur Ernährungsbildung in der „Gesundheitsbildung/-erziehung“, die häufig als fachübergreifendes Prinzip in den Curricula zu finden sind, aber für die schulische Praxis häufig keine Relevanz haben.

Ernährung als Bereich der haushaltsbezogenen Bildung

Durch die unterschiedlichen Traditionen in den Bundesländern sind sowohl die Gewichtung als auch die thematische Ausrichtung haushaltsbezogener Bildung v. a. durch ihre Vielfalt gekennzeichnet und haben entsprechend sehr unterschiedliche Fachnamen oder „verstecken“ sich in unterschiedlichen Fächerverbänden (z. B. *Hauswirtschaft*, *Wirtschaft*, *Arbeit*, *Technik* [WAT], *Mensch und Umwelt* [MUM] usw.). Bis heute

wirken jedoch tradierte Vorstellungen von der „Armen- und Mädchenbildung“ und der Beschränkung auf Speisenzubereitung. Dies zeigt sich dadurch, dass eine praxisorientierte Ernährungs- und Verbraucherbildung nicht zum Inhalt der gymnasialen Bildung gehört und häufig in den Wahl(pflicht)bereich (für „lernschwache“ Schüler) abgedrängt wurde oder wird [21].

Akteure für Ernährungsbildung in Schulen

Die schulischen Akteure in der Ernährungsbildung umfassen im Wesentlichen drei Gruppen:

- die Lehrpersonen, die für den (Fach-)Unterricht verantwortlich sind und einen entsprechenden Bildungs-/Erziehungsauftrag haben,
- Schulleitungen und weitere Personen, die an der Gestaltung des Schullebens maßgeblich beteiligt sind und
- Anbieter von Schulverpflegung [23]

Eine Rolle spielen auch die Vernetzungsstellen Schulverpflegung, die 2008 ihre Arbeit begonnen haben.

Lehrkräfte in der Primarstufe

In der Lehrerbildung für die Primarstufe ist in der Regel keine verbindliche ernährungsbezogene Grundbildung vorgesehen. Die inhaltliche und didaktische Umsetzung ernährungsbezogener Bildung – so sie in den Curricula vorgesehen ist – entspringt in der Grundschule somit eher den individuellen Interessen und Fähigkeiten der Lehrkraft als einer gesamtgesellschaftlichen Verantwortung. Ernährungsbildung an Grundschulen wird nur in wenigen Fällen von Fachlehrpersonal unterrichtet.

⁴vgl. Ergebnisse der PISA-Studie [www.oecd.org/berlin/themen/pisa-internationaleschulleistungsstudiederoecd.htm]

⁵Zur vertieften Lektüre: Zeitschrift *Haushalt und Bildung* (H & B) hat im Jahr 2008 das erste Heft dem Thema Schulverpflegung gewidmet. ▶

Eine strukturelle Verankerung der Ernährungsbildung in den Curricula der Primarstufe sowie eine entsprechende fachliche Ausbildung für Lehrpersonen ist unerlässlich.

Im schulischen Umfeld transportieren ggf. externe Partner formale und informelle Ernährungsbildung. In Grundschulen werden externe Kräfte gern einbezogen, um notwendige Praxisanteile im Umgang mit Nahrung zu ermöglichen. Die Verbreitung des aid-Ernährungsführerscheins und die Resonanz auf die Lehrerfortbildungen zeigen deutlich, auf welche Bildungslücke der Ansatz und die Materialien gestoßen sind. Die dringende Notwendigkeit der praktischen Anleitung von Kindern, um dem Bildungsziel 3 nach REVIS „Schülerinnen und Schüler handeln sicher bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung“ zu folgen, steht in diesem Zusammenhang außer Diskussion.

Fachlehrpersonen

Fachlehrpersonen tragen die Verantwortung für das Unterrichtsangebot. Aufgrund des Fächerrankings ist die notwendige fachliche und fachdidaktische Ausbildung der eingesetzten Lehrkräfte nicht flächendeckend gesichert [21, 24]. Ein großes Problem ist die weitgehend fehlende, aber notwendige, flächendeckende Weiterbildung von Lehrpersonen im fachdidaktischen Bereich.⁶ Ein weiteres Problem ist die fachliche Verankerung der Ernährungs- und Verbraucherbildung. Nur ein allgemeinverbindliches Unterrichtsfach sichert die Ernährungsbildung für alle Schülerinnen und Schüler. Sonst bleibt es – wie heute fast im ganzen Bundesgebiet anzutreffen – dem Zufall überlassen, ob die Entwicklung ernährungs- und konsumrelevanter Kompetenzen bei den Schülerinnen und Schülern gefördert werden oder nicht.

⁶vgl. dazu D-A-CH-Positionspapier Salzburg 2010 [www.habifo.de/resources/Positionspapier-Salzburg-2010.pdf]

Schulleitung und weitere Personen

Für Schulentwicklungsprozesse sind Schulleitungen, Schulkonferenzen (Schulleitung, Lehrerschaft, Eltern, Schülerschaft und Externe) und schulische Steuerungsgruppen verantwortlich. Welchen Stellenwert Ernährungsbildung im Leitbild der Schule bekommt, welches Schulverpflegungsangebot wie in die schulische Lebenswelt einbezogen wird, welche Essräume und Esszeiten vorgesehen sind, sind Fragen, die hier entschieden werden. Häufig wird Schulverpflegung als zusätzliche Belastung wahrgenommen und somit bevorzugt ein „kommerzielles rundum-sorglos-Paket“ gewählt, das Chancen der Ernährungsbildung unberücksichtigt lässt.

Vernetzungsstellen Schulverpflegung als Beispiel für externe Beratung und Begleitung schulischer Ernährungsbildung

Um Schulverpflegung als Teil der Gesundheitsförderung für Schüler- und Lehrerschaft zu etablieren, ist eine dauerhafte Beratung und Begleitung notwendig [16]. Dazu müssen die personellen und institutionellen Ressourcen bereitgestellt werden. In den vergangenen Jahren haben hier die Vernetzungsstellen Schulverpflegung eine zentrale Rolle gespielt, viel geleistet und einen Erfahrungsschatz aufgebaut. Nach der Phase der Etablierung ist in den nächsten Jahren mit gewinnbringender Arbeit zu rechnen.

Anbieter von Schulverpflegung

Gewerbetreibende: Kommerzielle Angebote sind stets gewinnorientiert und engagieren sich dauerhaft v. a. dafür, wofür sie bezahlt werden. Aus diesem Grund ist zu überdenken, welche funktionierenden Modelle eines gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Essensangebots politisch (gesellschaftlich) gewollt sind und wie sie honoriert werden sollen. Ein weiterer Punkt ist die Zufriedenheit und Akzeptanz, an der die Anbieter stark interessiert sind, und die erhöht wird, um zum einen aus der Schulverpflegung ein rentables Ge-

schäft zu machen und zum anderen für die Schule ein attraktives Verpflegungsangebot zu etablieren. Hier können Win-Win-Situationen geschaffen werden, die jedoch eine funktionierende Kommunikation z. B. durch die Schaffung von sog. Runden Tischen [25] voraussetzen. Diese Kommunikation bedarf wiederum Strukturen und Ressourcen, die z. B. durch die Vernetzungsstellen Schulverpflegung geschaffen werden können.

Automaten: Häufig handelt es sich um Getränkeautomaten, die immer wieder Anlass für grundsätzliche und kräftezehrende Diskussionen in den Schulen sind, insbesondere wenn Elternvereine ihre Kassen darüber auffüllen. Ohne auf die Diskussionen dazu einzugehen, ist an diesem Beispiel zu sehen, dass politische Grundsatzregelungen auch rechtlicher Vorgaben und Kontrollen bedürfen, die das Leben für alle erleichtern würden.

Schulinitiativen: Auf dieser Ebene gibt es zahlreiche Projekte, die von einigen wenigen Aktiven (Eltern, Lehrpersonen, Jugendlichen, Interessenverbänden) getragen werden und daher keine zuverlässigen Versorgungsstrukturen schaffen können.

Ernährungsbildung im Rahmen der Erwachsenenbildung am Beispiel Food Literacy

Die Weiterbildung im Erwachsenenalter, entweder zur persönlichen Entwicklung oder zur Erlangung weiterer beruflicher Qualifikationen, gewinnt mehr und mehr an Bedeutung. Nach Angaben des Bildungsberichts 2010 nehmen über 50 % der Männer und gut 45 % der Frauen unter 50 Jahren an Weiterbildungsmaßnahmen teil, wobei die Maßnahmen in erster Linie der beruflichen Weiterbildung dienen. Im Zentrum der beruflichen Weiterbildung im Erwachsenenalter stehen „Wirtschaft, Arbeit, Recht“ sowie „Natur, Technik, Computer“. „Gesundheit

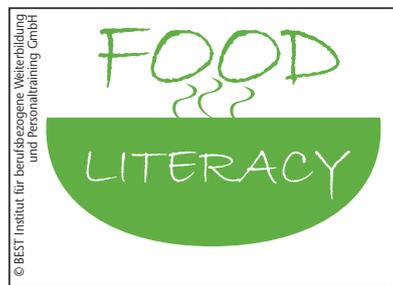
und Sport“ sind hier – im Unterschied zur nicht-berufsbezogenen Bildung – weniger gefragt. In der nicht-berufsbezogenen Weiterbildung haben „Sprachen, Kultur, Politik“ die höchste Priorität vor „Natur, Technik, Computer“ [26].

Da die Erwerbstätigkeit im Mittelpunkt der Weiterbildungsaktivitäten von Erwachsenen steht, weisen Personengruppen außerhalb aktiver Erwerbstätigkeit wie Arbeitslose, ältere Personen nach der Erwerbsphase und erwerbslose Frauen wie auch diejenigen, die nicht im strategischen Zentrum des Erwerbssystems stehen, wie Geringqualifizierte, geringe Beteiligungswerte auf.

Hier stellt sich nun die Frage, wie und in welchen Angeboten bestimmte Ansätze der Ernährungsbildung in den Bereich der Erwachsenenbildung integriert werden können. Hierzu bietet insbesondere das Konzept „Food Literacy“ neue Zugangswege.

Chancen und Möglichkeiten in der Erwachsenenbildung

Der Begriff „Food Literacy“ entstand im gleichnamigen internationalen Kooperationsprojekt (2004–2007), das im SOCRATES-GRUNDTVIG-Programm der Europäischen Kommission gefördert wurde; Koordina-



tor war das BEST Institut für berufsbezogene Weiterbildung und Personaltraining GmbH.⁷

Das EU-Projekt „Food Literacy“ verfolgte dabei zwei Ziele:

1. Food Literacy als neue Schlüsselkompetenz in der Erwachsenenbildung zu etablieren und

2. Food Literacy als Querschnittsthema in die Erwachsenenbildung zu integrieren.

Hintergrund ist, dass Ernährung normalerweise nur in speziellen Kursen und meistens im Zusammenhang mit Gesundheit thematisiert wird. Damit erreicht man aber nur wenige Interessierte, meistens Frauen mit höherem Bildungsstand. Mit Food Literacy soll das Thema „Ernährung“ in ein breites Spektrum von Angeboten der Erwachsenenbildung gelangen, z. B. in Alphabetisierungskurse, Integrationsmaßnahmen, Sprachkurse oder Angebote zur politischen Bildung. So sollen auch Menschen erreicht werden, die sich normalerweise nicht für Ernährung interessieren. Erfahrungen haben gezeigt, dass Food Literacy sehr dazu beiträgt, das Interesse für Ernährung zu wecken. Da es um Essen und Trinken und nicht um gesunde Ernährung geht, können sich die Teilnehmer unbefangen auf das Thema einlassen.

Der Begriff Food Literacy

Die ursprüngliche Bedeutung von „Literacy“ bzw. „Literalität“ in der Erwachsenenbildung bezieht sich auf die Fähigkeit, lesen und schreiben zu können sowie den Sinn von Texten zu verstehen. Im Laufe der Zeit haben sich der Stellenwert und die Bedeutung von „Literacy“ bzw. „Literalität“ stark verändert: von der technischen Aneignung von Schriftzeichen hin zur Fähigkeit, sinnhafte Texte zu lesen und zu schreiben. In der heutigen sog. Wissens- und Informationsgesellschaft bezeichnet Literacy den kritischen Umgang mit Informationen und mit neuen, sich ständig weiter entwickelnden Technologien. Um diesen Anforderungen Rechnung zu tragen, spricht man daher von „multiple literacies“, wie computer literacy, health literacy, environmental literacy, consumer literacy. In diesem Sinne wird Literacy heute als soziale Praxis und Deutungsinstrument verstanden, um dem komplexen und komplexer werdenden Alltag in seinen vielfältigen

Kontexten „lesen“ zu können. Ernährung ist einer dieser Kontexte, und zwar ein existenzieller.

Zielsetzung von Food Literacy

Der Begriff Food Literacy verbindet diese umfassende Kompetenzbildung mit dem Thema Essen. Food Literacy will zur Selbstbestimmung beim alltäglichen Essen und Trinken befähigen. Im Sinne von Empowerment gehört hierzu die Förderung einer angemessenen Entscheidungskompetenz, z. B. beim Umgang mit dem Überangebot an Lebensmitteln oder mit den zahllosen Ernährungsempfehlungen. Im weitesten Sinn zählt auch die Vermittlung bzw. Erweiterung von Basiskompetenzen wie die Interpretation von Verpackungsaufschriften oder die Zubereitung von Gerichten aus frischen Zutaten dazu. Es geht aber nicht nur darum, Lebensmittel zu kennen und damit umgehen zu können, es geht ebenso um das Verständnis der Zusammenhänge beim alltäglichen Essen und Trinken und um den verantwortungsbewussten Umgang mit Lebensmitteln. Verantwortung bezieht sich hier sowohl auf die eigene Gesundheit, auf die Familie (z. B. Haushaltsbudget) als auch auf die Umwelt und die weltweite soziale Gerechtigkeit. Es konnte gezeigt werden, dass sich Food Literacy hervorragend eignet, um globale Zusammenhänge anschaulich zu machen. Es lässt sich in hervorragender Weise mit dem Bildungskonzept Globales Lernen verknüpfen.

Zielgruppen für Food Literacy

Food Literacy wendet sich im Prinzip an alle Personengruppen in der Erwachsenenbildung. Besonders positive Erfahrungen wurden mit „bildungsfernen“ Personengruppen und sozial Benachteiligten sowie Menschen mit Migrationshintergrund gemacht, die häufig aufgrund ihrer Lebensgeschichte starke Veränderun-

⁷Der aid infodienst war einer der deutschen Partner im Projekt und hat das Konzept und die Materialien seit 2007 weiterentwickelt (s. www.food-literacy.de).

gen in ihrem Ernährungsalltag erfahren haben. Gerade bildungsferne Gruppen werden mit diesem Instrumentarium in besonderer Weise angesprochen, weil es in engem Zusammenhang zu ihrem Alltag steht. Food Literacy eignet sich besonders für Sprach- und Alphabetisierungskurse, wie Erfahrungen aus verschiedenen Projekten zeigen (www.albi-projekt.de, Projekt „Appetit auf Sprache“ des Verbandes der Volkshochschulen Rheinland-Pfalz) [27, 28].

Erfahrungen mit Food Literacy in Alphabetisierungskursen [29]

Food Literacy liefert dem Alphabetisierungsunterricht einen direkten und konkreten Alltagsbezug. Der Weg über ein alltagsnahes Thema erleichtert es den Lernenden, sich (noch einmal) auf das Lesen und Schreiben einzulassen. Im Rahmen der Lese- und Schreibübungen lernen die Kursteilnehmenden, neue und für den Alltag wichtige Wörter zu lesen und zu schreiben. Sie erleben direkt, welche Erleichterung der erweiterte Wortschatz im Alltag darstellt (z. B. beim Einkaufen oder beim Lesen und Verstehen von Zutatenlisten und Zubereitungsempfehlungen auf Lebensmittelverpackungen). Food Literacy lässt sich ideal mit Übungen zum Schmecken, Sehen, Fühlen und Hören kombinieren. Lerninhalte, die alle Sinne ansprechen, bleiben erfahrungsgemäß besonders gut im Gedächtnis haften. Auch Lernende, die noch am Anfang der Alphabetisierung stehen, können auf diese Weise im Unterricht zu Experten werden und ihr Wissen an andere Lernende weitergeben (z. B. im Bereich der Nahrungszubereitung). Diese Kompetenzorientierung erhöht die Lernfreude, erleichtert die aktive Teilnahme am Kursgeschehen und stärkt das Selbstwertgefühl.

Ausblick

Das Thema Ernährungsbildung ist fundamental für die lebenslange Ernährung eines Menschen. Inhalt von Ernährungsbildung ist zunächst Er-

nährung als Grundbedürfnis von Menschen mit dem primären Ziel „Lebenserhaltung“ und „Gesundheit“. Umfassend gesehen sind Ernährung und Ernährungsbildung in der Kultur von Menschen verwurzelt. Eine Vielzahl von weiteren Aspekten kommt hinzu. Weil Ernährungsbildung wissenschaftlich abgesicherte Inhalte braucht und weil diese Inhalte Teil der Ernährungskultur sein sollen, werden Belange der Ernährungsbildung von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, als wissenschaftliche Fachgesellschaft (DGE), wahrgenommen. In diesem Zusammenhang hat die DGE eine Fachgruppe Ernährungsbildung etabliert, die diese Thematik transdisziplinär bearbeitet.

Prof. Dr. Christel Rademacher
(Sprecherin der Steuerungsgruppe)
Hochschule Niederrhein, Angewandte
Ernährungswissenschaft + Diätetik
Rheydter Str. 277, 41065 Mönchengladbach
E-Mail: christel.rademacher@hs-niederrhein.de

Prof. Dr. Silke Bartsch (Co-Autorin des
Beitragsabschnitts Ernährungsbildung in
weiterführenden Schulen)
PH Karlsruhe, Abt. Alltagskultur und
Gesundheit
Bismarckstr. 10, 76133 Karlsruhe
E-Mail: silke.bartsch@jugendesskultur.de

Dr. Margareta Büning-Fesel (Autorin
des Beitragsabschnitts Food Literacy)
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft,
Verbraucherschutz e. V.
Heilsbachstr. 16, 53123 Bonn
E-Mail: m.buening@aid-mail.de

Dipl. oec. troph. Monika Cremer (Redaktion)
Hertastr. 5 a, 65510 Idstein
E-Mail: monika.cremer@t-online.de

Prof. Dr. Ines Heindl (Autorin des Beitrags-
abschnitts Frühkindliche Ernährungsbildung)
Universität Flensburg, Institut für Ernäh-
rungs- und Verbraucherbildung
Auf dem Campus 1, 24943 Flensburg
E-Mail: iheindl@uni-flensburg.de

Dr. Andrea Lambeck (Autorin des Beitrags-
abschnitts Ernährungsbildung in Kitas)
Plattform Ernährung und Bewegung e. V.
(peb)
Wallstr. 65, 10179 Berlin
E-Mail: a.lambeck@pebonline.de

Prof. Dr. Petra Lührmann
Pädagogische Hochschule Schwäbisch
Gmünd
Institut für Gesundheitswissenschaften
Abteilung Ernährung, Konsum und Mode
Oberbettinger Str. 200,

73525 Schwäbisch Gmünd
E-Mail: petra.luehrmann@ph-gmuend.de

Sabine Schulz-Greve (Co-Autorin des
Beitragsabschnitts Ernährungsbildung
in Schulen)

Vernetzungsstelle Schulverpflegung
Berlin e. V.

Otto-Braun-Str. 27, 10178 Berlin

E-Mail: s.schulz-greve@vernetzungsstelle-berlin.de

Dipl. oec. troph. Anke Oepping (Co-Autorin
des Beitragsabschnitts Ernährungsbildung
in Schulen)

Universität Paderborn, Institut für Ernäh-
rung, Konsum, Gesundheit

Warburger Str. 100, 33098 Paderborn

E-Mail: anke.oepping@uni-paderborn.de

Literatur:

1. Hesecker H, Schlegel-Matthies K, Heindl I, Methfessel B. REVIS Modellprojekt. Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen (REVIS). 2003–2005. Paderborn (2005)
2. D-A-CH-Arbeitsgruppe zur Ernährungs- und Verbraucherbildung. Ernährungsbildung. URL: www.evb-online.de/glossar_ernaehrungsbildung.php Zugriff 18.01.13
3. Autorengruppe Bildungsberichterstattung. Bildung in Deutschland, Bielefeld, Glossar XI (2012)
4. Ellrott T. Die Entwicklung des Essverhaltens im Kindes- und Jugendalter In: Kersting M (Hg). Kinderernährung aktuell. Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. Umschau Zeitschriftenverlag, Sulzbach (2009), S. 66–77
5. Haney et al. Welcome to your child`s brain: Die Entwicklung des kindlichen Gehirns, von der Zeugung bis zum Reifezeugnis. C.H. Beck (2012)
6. Schmidt S. Wie Essverhalten in der Familie geprägt wird. In: Kersting M (Hg). Kinderernährung aktuell. Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. Umschau Zeitschriftenverlag, Sulzbach (2009), S. 78–91
7. Pudel V, Westenhöfer J. Ernährungspsychologie. Eine Einführung. 3. Aufl., Hogrefe, Göttingen (2003)
8. Schlegel-Matthies K (2002) Liebe geht durch den Magen. Nahrungskultur – Essen und Trinken im Wandel 52(4): 208–212
9. Burgher SB, Rasmussen VB, Rivett D. The European Network of Health Promoting Schools. International Planning Committee. Copenhagen (1999)

10. Oepping A, Schlegel-Matthies K. REVIS – moderne Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen. Bonn (2008)
11. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hg). Ernährungsbericht 2008. Bonn (2008), S. 43f.
12. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (2011) Situation der Schulverpflegung in Deutschland. Ein Überblick. DGEinfo, Special September: 136–139
13. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE). Qualitätsstandard für die Schulverpflegung. 3. Aufl., (2011)
14. Statistisches Bundesamt. Allgemeinbildende Schulen Fachserie 11, Reihe 1 (2012)
15. Faust G. Individualentwicklung und Sozialerziehung. In: Einsiedler W et al. (Hg). Handbuch Grundschulpädagogik und Grundschuldidaktik. Klinkhardt, Bad Heilbrunn (2011), S. 265–268
16. Heindl I. Studienbuch Ernährungsbildung – ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung. Klinkhardt, Bad Heilbrunn (2003)
17. Pötting G. Evaluation von Unterrichtskonzepten zur Ernährungserziehung in Grundschulen. Verlag Dr. Kovac, Hamburg (2011)
18. Müller MJ (2010) Soziale Ungleichheit im Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. Ernährungs Umschau 57: 78–83
19. Bartsch S. Jugendesskultur: Bedeutungen des Essens für Jugendliche im Kontext Familie und Peergroup. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung. Band 30. Köln (2008)
20. Heindl I (2009) Ernährungsbildung – curriculare Entwicklung und institutionelle Verantwortung. Ernährungs Umschau 56: 568–573
21. Bartsch S, Methfessel B. Haushaltslehre – Vom Emanzipations- zum Kompetenzdiskurs. In: Kampshoff M, Wiepcke C (Hg). Handbuch Geschlechterforschung und Fachdidaktik. VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden (2012), 199–212
22. Bartsch S (2012) Zwischenruf: Ernährungsbildung für alle. Ernährung im Fokus (05–06): 194
23. Schwarzenberger K, Kustermann W (2006) Pausenverkauf an weiterführenden Schulen – eine Situationsanalyse. Ernährungs Umschau 53: B45–B48
24. Heseke H, Beer S (2004) Ernährung in der Schule. Bundesgesundheitsbl – Gesundheitsforsch – Gesundheitsschutz 47: 240–245
25. Heindl I (2004) Ernährung, Gesundheit und institutionelle Verantwortung – eine Bildungsoffensive. Ernährungs Umschau 51: 224–230
26. Bericht „Bildung in Deutschland 2010“. Ein indikatorengestützter Bericht mit einer Analyse zu Perspektiven des Bildungswesens im demografischen Wandel. URL: www.bildungsbericht.de/daten2010/bb_2010.pdf (S. 136, Abb. GI-2) Zugriff 22.01.13
27. Forschungsprojekt Alphabetisierung und Bildung. URL: www.uni-kl.de/aktuelles/news/article/albi-projekt-nimmt-s/ oder www.uni-koblenz-landau.de/landau/einrichtungen/aww/projekte
28. Appetit auf Sprache. Gesundheit für meine Familie und ich. Materialien zur Integration der Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung in Sprachkurse. Ein Kooperationsprojekt des Verbandes der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e. V. und der Landesarbeitsgemeinschaft anderes Lernen. URL: www.vhs-rlp.de/fileadmin/user_data/pdf/Projekte/Sprache_und_Gesundheit/Handreichung_Appetit_auf_Sprache_final.pdf
29. Groeneveld M et al. Food Literacy im Alphabetisierungskurs. Informationen zur Durchführung einer Fortbildung für Kursleitende. Verbundprojekt Alphabetisierung und Bildung, Johannes Gutenberg-Universität, Mainz (2011)