

Bedürfnisanalyse bei Eltern und Kindern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien zum Thema Ernährung

Ergebnisbericht

Im Auftrag der aks gesundheit GmbH

Bedürfnisanalyse bei Eltern und Kindern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien zum Thema Ernährung

Ergebnisbericht

Autorinnen:

Carina Marbler
Fiona Witt-Döring

Unter Mitarbeit von:

Marion Weigl

Projektassistenz:

Bettina Engel

Die Inhalte dieser Publikation geben den Standpunkt der Autorinnen und nicht unbedingt jenen der Auftraggeberin / des Auftraggebers wieder.

Wien, im November 2021
Im Auftrag der aks gesundheit GmbH

Zitiervorschlag: Marbler, Carina; Witt-Döring, Fiona (2021): Bedürfnisanalyse bei Eltern und Kindern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien zum Thema Ernährung. Gesundheit Österreich, Wien

ZI. P1/1/5209

Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin: Gesundheit Österreich GmbH,
Stubenring 6, 1010 Wien, Tel. +43 1 515 61, Website: www.goeg.at

Dieser Bericht trägt zur Umsetzung der Agenda 2030, insbesondere zum Nachhaltigkeitsziel (SDG) 3 „Gesundheit und Wohlbefinden“ sowie zu Gesundheitsziel 7 „Gesunde Ernährung“ und Gesundheitsziel 6 „Gesundes Aufwachsen“ bei.

Der Umwelt zuliebe:

Dieser Bericht ist auf chlorfrei gebleichtem Papier ohne optische Aufheller hergestellt.

Kurzfassung

Aufgabenstellung

Gesunde Ernährung ist ein wichtiger Baustein für eine gesunde Entwicklung von Kindern und der Prävention von Mangelerscheinungen, Übergewicht und nicht übertragbaren Erkrankungen. Im Setting Schule werden daher gezielt Aktivitäten zur Förderung einer gesunden Ernährung im Schul- und Familienalltag gesetzt. Dabei werden jedoch gerade Kinder und Eltern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien schwer erreicht. Daher sollen die Bedürfnisse dieser Familien erfasst und Umsetzungsempfehlungen für die weitere Entwicklung von Maßnahmen abgeleitet werden.

Methoden

Zur genauen Definition der Zielgruppe wurde vorab eine selektive Literaturrecherche in Ovid MEDLINE und über Google durchgeführt. Auf Basis dieser Ergebnisse wurden Eltern und Kinder zu fünf Fokusgruppen im Juni 2021 an den Volksschulen Satteins, Rohrbach und Götzis eingeladen. Ziel war es, deren Bedürfnisse und konkrete Maßnahmenvorschläge und -ideen der Zielgruppe zu diskutieren.

Ergebnisse

Gerade sozioökonomisch benachteiligte Familien, Familien mit Migrationshintergrund, Kinder mit einem erhöhten Förderbedarf und Kinder mit Mangelernährung oder Übergewicht sollen in Ernährungsprogrammen in Schulen besonders berücksichtigt werden. An den Fokusgruppen nahmen insgesamt 19 Mütter, ein Großelternpaar und 20 Kinder aus diesen Zielgruppen teil. Es wurden generelle Ansprüche an die Ernährung, der Umgang mit dem Einkauf sowie der Ernährung im Alltag und insbesondere die Bedürfnisse in Bezug auf die Schuljause diskutiert. Die Hürden für die Umsetzung einer gesunden Ernährung sind zahlreich und liegen zumeist im Familiengefüge, der beruflichen Situation, dem gesundheitlichen Zustand der Bezugspersonen und der praktischen Umsetzung begründet.

Empfehlungen

Eine fortlaufende Einbindung von Eltern in die Entwicklung der Maßnahmen wird gewünscht. Um gerade auch Familien zu erreichen, die sich bisher wenig mit Ernährung auseinandergesetzt haben oder aufgrund ihrer individuellen Lebenssituation in der Umsetzung einer gesunden Ernährung schwertun, wird geraten, ein gesundes Jausenangebot an den Schulen zu schaffen, Mittagsverpflegung anzubieten, mit Kindern in der Schule zum Thema Ernährung zu arbeiten und für Eltern niederschwellige Austauschmöglichkeiten und Kochworkshops, die sich an den Bedürfnissen der Eltern ausrichten, anzubieten.

Schlüsselwörter

Bedürfnisse, Familienalltag, Benachteiligung, Chancengerechtigkeit

Summary

Subject

Healthy nutrition is important for the healthy development of children and the prevention of deficiency symptoms, overweight and non-communicable diseases. In the school setting, targeted activities are therefore set up to promote healthy nutrition in everyday school and family life. However, especially children and parents from socioeconomically disadvantaged families are difficult to reach. Therefore, the needs of these families are to be discussed and recommendations for the further development of measures are to be derived.

Methods

To define the target group precisely, a selective literature search was conducted in advance in Ovid MEDLINE and via Google. Based on these results, parents and children were invited to five focus groups in June 2021 at the primary schools in Satteins, Rohrbach and Götzis.

Findings

Especially socioeconomically disadvantaged families, families with a migration background, children with an increased need for support and children with malnutrition or overweight should be given special consideration in nutrition programmes in schools. A total of 19 mothers, two grandparents and 20 children from these target groups participated in the focus groups. General demands on nutrition, how to deal with grocery shopping as well as nutrition in everyday life and especially the needs in relation to the school snack were discussed. The obstacles to the implementation of a healthy diet are numerous and are mostly due to the family structure, the professional situation, the health condition of the caregivers and the practical implementation.

Recommendations

The continuous involvement of parents in the development of concrete measures is desired. In order to reach families who have not yet dealt with nutrition or who find it difficult to implement healthy nutrition due to their individual life situation, it is recommended to create a healthy break and/or lunch catering at schools, to work with children at school on the topic of nutrition and to offer low-threshold exchange opportunities and cooking workshops for parents that are based on their needs.

Keywords

needs, families, disadvantage, health equity

Inhalt

Kurzfassung	III
Summary	IV
Abbildungen und Tabellen	VI
1 Hintergrund	1
2 Methodik	3
2.1 Literaturrecherche	3
2.2 Fokusgruppen mit Volksschulkindern und deren Eltern	4
2.2.1 Akquise der Teilnehmer/-innen	5
2.2.2 Entwicklung der Leitfäden	5
2.2.3 Durchführung der Fokusgruppen	6
2.2.4 Auswertung	6
2.2.5 Reflexion der Ergebnisse mit Teilnehmerinnen/Teilnehmern	6
2.2.6 Ethische Überlegungen	7
3 Ergebnisse der Literatarbeit	8
3.1 Ergebnisse aus der Suche in MEDLINE (Ovid)	8
3.2 Ergebnisse grauer Literatur	10
3.3 Zusammengefasste Erkenntnisse zu möglichen Zielgruppen	11
4 Ergebnisse der qualitativen Fokusgruppen	12
4.1 Bedürfnisse der Eltern und Kinder	13
4.2 Hürden und Unterstützungsmöglichkeiten für eine gesunde Ernährung im Alltag	20
4.3 Umsetzungshinweise für das Projekt „Uns schmeckt's“	24
5 Schlussfolgerung und Empfehlungen	30
6 Literatur	33
7 Anhang	35
7.1 Suchstrategie	35
7.2 Informationsblatt	36
7.3 Einverständniserklärung	37
7.4 Leitfäden	39
7.5 Bilder der Jausenboxen	46

Abbildungen und Tabellen

Abbildungen

Abbildung 3.1: Ergebnisse der Literatursuche	8
Abbildung 4.1: Zusammensetzung der Fokusgruppen.....	12
Abbildung 4.2 Überblick über wichtige Bedürfnisse der Eltern und Kinder an Ernährung bzw. Essen.....	20
Abbildung 4.3: Überblick über wichtige Hürden und Ressourcen für die Ernährung im Familienalltag	24
Abbildung 4.4: Bevorzugte Maßnahmen für Kinder und Eltern	25
Abbildung 4.5: Inhalte für Kinder.....	28
Abbildung 4.6: Relevante Inhalte für Eltern	29
Abbildung 5.1: Übersicht über das Ernährungsumfeld von Volksschulkindern.....	30

Tabellen

Tabelle 2.1: Ein- und Ausschlusskriterien	4
Tabelle 3.1: Übersicht über die Charakteristika der eingeschlossenen Übersichtsarbeiten	9
Tabelle 7.1: Suchstrategie in Ovid/MEDLINE, durchgeführt am 3. 8. 2020.....	35

1 Hintergrund

Gesunde Ernährung, d. h. eine Ernährung unter Berücksichtigung der österreichischen Ernährungsempfehlungen, spielt eine wesentliche Rolle in der Entwicklung von Kindern und dem Vorbeugen von Mangelerscheinungen, Übergewicht und nicht übertragbaren Erkrankungen (WHO Europa 2014). Grundsätzlich gilt, dass Maßnahmen der Gesundheitsförderung möglichst frühzeitig ansetzen sollen, da sich in dieser Zeit auch das individuelle Gesundheitsverhalten herausbildet und dann überwiegend lebenslang stabilisiert. Zu berücksichtigen ist, dass das individuelle Gesundheitsverhalten in starkem Maße geprägt wird von den soziostrukturellen Bedingungen, wie materielle Lage, Bildungsressourcen und berufliche Position. Hierbei kann ein sozialer Gradient angenommen werden, sprich, je besser die soziale Lage, desto positiver das Gesundheitsverhalten. Aus diesem Grund wird empfohlen, neben Maßnahmen, die auf eine Verbesserung der sozioökulturellen Bedingungen und des Gesundheitsverhaltens in der gesamten Bevölkerung abzielen, auch gezielt Maßnahmen für sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen zu entwickeln. (Richter/Hurrelmann 2009)

Die Schule bietet die Möglichkeit, Kinder umfassend und niederschwellig zu erreichen und auch Eltern in die Aktivitäten miteinzubeziehen. Gerade für das Setting Volksschule haben sich in den letzten Jahren zahlreiche Good-Practice-Beispiele hervorgetan, es wurden Materialien entwickelt und Empfehlungen formuliert (vgl. auch <https://kinderessengesund.at/>). Die aks gesundheit GmbH hat sich zum Ziel gesetzt, diese Beispiele für den Einsatz in Vorarlberger Volksschulen aufzubereiten und insbesondere für die Zielgruppe der Kinder und Eltern in sozioökonomisch benachteiligten Familien anzupassen und weiterzuentwickeln. Im Nationalen Aktionsplan Ernährung wurde dieser Zugang bereits als wichtiger Ansatz in der Prävention von Übergewicht und Adipositas formuliert (Lehner et al. 2012). Die Erfahrungen der aks gesundheit GmbH zeigen jedoch, dass diese Zielgruppe bisher nur schwer erreicht werden konnte oder den Maßnahmen gegenüber eher skeptisch ist. Übergeordnete Ziele sind daher, einen positiven Zugang zu gesunder Ernährung zu schaffen, Wissen zu vermitteln und Rahmenbedingungen zu schaffen, sodass einzelne Aktivitäten zur Förderung von gesunder Ernährung nachhaltig im Familienalltag integriert werden können.

Das Pilotprojekt „Uns schmeckt's – gesunde Ernährung für Volksschulkinder“ soll partizipativ, d. h. unter Einbindung der Zielgruppe in die Planung und Umsetzung der Maßnahmen, umgesetzt werden. Es beinhaltet insgesamt acht Projektmodule, die über einen Zeitraum von drei Jahren umgesetzt werden sollen. Der vorliegende Bericht beschreibt die Arbeiten und Ergebnisse von Teilen des Projektmoduls IV: die Erfassung der Bedürfnisse von Familien mit sozioökonomischer Benachteiligung. Die Arbeiten im Rahmen dieser Bedürfnisanalyse stellen auch eine erste Möglichkeit dar, Eltern und Kinder in die Planung entsprechender Maßnahmen einzubeziehen.

Die Ziele sind:

1. Identifizieren von Bedürfnissen und Rahmenbedingungen, die mit gesunder Ernährung zusammenhängen
2. Ableiten von Umsetzungsempfehlungen für die weitere Entwicklung/Planung des Projekts

Im Rahmen der Bedürfnisanalyse wurde daher folgenden Fragestellungen nachgegangen:

1. Welche Bedürfnisse in Bezug auf Ernährung haben Kinder/Eltern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien?
2. Was brauchen Eltern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien, um eine gesundheitsförderliche Ernährung in ihren Familienalltag zu integrieren?

2 Methodik

2.1 Literaturrecherche

Das Ergebnis der Literaturrecherche soll die Zielgruppe für die nachgereihten Fokusgruppen definieren. Aus diesem Zweck wurde a priori folgende Fragestellung formuliert:

» Welche Familien werden durch Ernährungsprogramme in Schulen schlecht erreicht?

Die Literatursuche war dreiteilig:

1. Suche in Google / Google Scholar
2. Suche in der Datenbank MEDLINE (Ovid)
3. Handsuche nach Evaluationen von definierten Best-Practice-Maßnahmen im Bereich der Kinderernährung

Eine Kollegin, die sich hauptsächlich mit Literaturrecherchen beschäftigt, entwickelte eine Suchstrategie zu obenstehender Forschungsfrage. Dafür führte sie eine erste **Suche in Google / Google Scholar** mit verschiedenen Kombinationen von Suchbegriffen durch. Nachfolgende Suchbegriffe wurden verwendet: primary schools, needs analysis, nutritional programme, nutrition interventions, Schulfruchtprogramm, Bedürfnisanalyse, Bedürfnisse von Eltern, Ernährungsprogramm in Grundschulen. Im Rahmen dieser ersten Suche wurden hauptsächlich Quellen zum Schulfruchtprogramm aus Deutschland identifiziert.

Eine **fokussierte Literatursuche** nach systematischen Reviews, Reviews zu Metaanalysen und Evaluationsstudien in Ovid/MEDLINE wurde am 3. 8. 2020 durchgeführt. Dafür wurden entweder Medical Subject Headings (MeSH) oder Freitextbegriffe verwendet. Es wurde eine Kombination von Suchbegriffen zur Zielgruppe Eltern mit verschiedenen Begriffen zu Ernährungsprogrammen gewählt. Die Suche wurde auf englisch- und deutschsprachige Publikationen sowie auf Treffer ab dem Jahr 2005 eingeschränkt. Alle Referenzen wurden in die elektronische Datenbank EndNote X7 importiert und dort verwaltet. Die Suchstrategie ist im Anhang angeführt. Auf Basis der in Tabelle 2.1 angeführten Ein- und Ausschlusskriterien wurden die gefundenen Referenzen auf Titel-Abstract-Ebene gesichtet.

Tabelle 2.1:
Ein- und Ausschlusskriterien

	Einschlusskriterien	Ausschlusskriterien
Population	Eltern oder Erziehungsberechtigte von Kindern bzw. Kinder im Volksschulalter (6–11 Jahre)	Eltern von jüngeren oder älteren Kindern
Intervention	Ernährungsprogramm mit Fokus auf die Volksschule	außerschulische Ernährungsprogramme
Outcome	Hinweise auf Personen, die erreicht oder nicht erreicht wurden; Gründe für die Erreichbarkeit (Einstellungen und Meinungen zu Ernährungsprogrammen); Personen mit besonderem Bedarf an diesen Interventionen	
Studiendesign	Evaluationsstudien systematische Reviews Metaanalysen	andere Studiendesigns
Suchzeitraum	ab 2005	vor 2005
Sprache	Deutsch, Englisch	alle anderen Sprachen

Quelle: GÖG

Abstracts, die den Einschlusskriterien entsprachen und Abstracts, bei denen es an ausreichenden Informationen fehlte, um Ein- oder Ausschlusskriterien bestimmen zu können, wurden auf Volltext-Ebene gesichtet. Wesentlicher Fokus im zweiten Schritt waren Informationen zu den erreichten / nicht erreichten Kindern/Eltern oder Hinweise auf Personen mit besonderem Bedarf an Ernährungsprogrammen. Die Datenextraktion erfolgte anhand eines standardisierten Formulars. Es wurden Charakteristika und Ergebnisse der inkludierten Reviews beschrieben: detaillierte Informationen zum Review, Zahl der eingeschlossenen Studien, Länder der Studien, Setting, Beschreibung der Studienpopulation und der Interventionen.

Ergänzt wurde diese systematische Suche um eine weitere **Handsuche nach Evaluationsberichten zu Best-Practice-Maßnahmen** im Bereich Kinderernährung in der Volksschule auf Basis des Detailmaßnahmekatalogs von AGES, BMGF, HVB und FGÖ (Simetzberger et al. 2016).

2.2 Fokusgruppen mit Volksschulkindern und deren Eltern

Bedürfnisanalysen werden durchgeführt, um zu einem ausgewählten Thema vorhandene Ressourcen und Schwierigkeiten, mit denen bestimmte Bevölkerungsgruppen zu tun haben, zu identifizieren und passende Lösungen zu erarbeiten. Der einfachste Weg zur Bestimmung von Bedürfnissen ist es, die Menschen selbst um ihre Meinung zu einer bestimmten Situation und zu notwendigen Angeboten zu bitten. Ihre Meinungen und Erfahrungen können sodann verwendet werden, um Programme zu entwickeln, die sich an den Bedürfnissen der Nutzer/-innen orientieren.¹

¹

siehe z. B. Sharma et al. (2000)

Zentrales Element der Bedürfnisanalyse ist das Abhalten von Fokusgruppen, in denen mit der Zielgruppe von zukünftigen Interventionen offen über Erfahrungen und Bedürfnisse diskutiert werden kann. Hierzu wird die Zielgruppe vorab definiert und sodann gezielt zur Teilnahme an den Fokusgruppen motiviert. Die teilnehmenden Personen können so auch für ein Mitwirken im weiteren Projektverlauf motiviert werden.

Leitfadengestützte Fokusgruppen sind moderierte Diskussionen zwischen mehreren Teilnehmenden, die sich anbieten, um die Sichtweisen von Menschen zu erheben. Sie eignen sich insbesondere auch dann, wenn schwierig zu erreichende Zielgruppen eingebunden werden sollen. Diese erfahren durch ihre Teilnahme oftmals Wertschätzung für ihre Sichtweise und es kommt zu einem Austausch untereinander.

Um möglichst vielfältige Sichtweisen einzuholen, wurden Fokusgruppen an mehreren Schulstandorten organisiert. Die Fokusgruppen setzten sich aus Eltern (3x), Kindern (1x) oder Eltern und Kindern (1x) zusammen.

2.2.1 Akquise der Teilnehmer/-innen

Die Akquise der teilnehmenden Eltern und Kinder wurde vom Lehrpersonal der am Projekt „Uns schmeckt's“ beteiligten Schulen übernommen. Dazu stand in erster Linie die aks gesundheit GmbH im Austausch mit den Direktorinnen bzw. Direktoren. Diese wurden darum gebeten, pro Fokusgruppe zwischen fünf und sieben Eltern bzw. Kinder zur Teilnahme zu motivieren. Der Fokus lag dabei auf sozioökonomisch benachteiligten Familien, Familien mit Migrationshintergrund, Kindern mit Übergewicht bzw. Mangelernährung (vgl. auch Kapitel 3). Es wurde empfohlen, Eltern bzw. Kinder direkt anzusprechen und ein Informationsblatt bzw. eine Einladung mitzugeben. Diese wurden auch in den Muttersprachen zur Verfügung gestellt.

2.2.2 Entwicklung der Leitfäden

Auf Basis der Vorgespräche mit der Auftraggeberin wurden Leitfäden, die auch auf den Ergebnissen der vorab durchgeführten Literatursuche beruhten, entwickelt. Themen der Fokusgruppen waren 1) Hürden, gesunde Ernährung im Familienalltag umzusetzen, 2) Unterstützungsmöglichkeiten in der Schule, 3) Rahmenbedingungen für das Projekt „Uns schmeckt's“. Die Themen wurden als offene Fragen, die ein Gespräch unter den Teilnehmenden anstoßen sollten, formuliert. Konkrete Projektideen wurden angesprochen und Feedback dazu eingeholt. Die Leitfäden wurden mit dem Projektteam der aks gesundheit GmbH abgestimmt.

2.2.3 Durchführung der Fokusgruppen

Die Fokusgruppen wurden in den Volksschulen Satteins, Rohrbach und Götzis abgehalten. Moderiert wurden sie von Carina Marbler und Fiona Witt-Döring. Begrüßt wurden die Teilnehmenden durch die Ansprechpersonen der Volksschulen. Das Projektteam der aks gesundheit GmbH war als stiller Beobachter zeitweise bei den Fokusgruppen anwesend und übernahm gemeinsam mit Lehrenden auch die Kinderbetreuung. Die Teilnehmer/-innen erhielten eine Erdbeerpflanze als Anerkennung für ihren Beitrag. Mit dem Einverständnis der Teilnehmenden wurden die Fokusgruppen mit einem Aufnahmegerät aufgezeichnet. Die Fokusgruppen dauerten eine (Kinder-Fokusgruppe) bis zwei Stunden. Im Anschluss an die Fokusgruppen gab es eine gemeinsame Jause, die von den Kindern während der Kinderbetreuung vorbereitet wurde.

2.2.4 Auswertung

Die Inhaltsanalyse der transkribierten Fokusgruppengespräche erfolgte zunächst deduktiv auf Basis des Leitfadens. Weitere Inhalte wurden induktiv extrahiert. Die Transkription sowie Codierung der Textstellen erfolgte mit Unterstützung des Programms MAXQDA 10. Die Auswertung erfolgte in vier wesentlichen Schritten: (1) vertraut machen mit dem Datenmaterial, (2) erste Codierung auf Basis des Leitfadens, (3) Suche und Definition von weiteren Themen, (4) Erstellung des Berichts. Die Codierung der Textstellen wurde großzügig vorgenommen, sodass die Bedeutung der Textpassagen erhalten blieb und die Suche nach Mustern und übergeordneten Themen erleichtert wurde.

2.2.5 Reflexion der Ergebnisse mit Teilnehmerinnen/Teilnehmern

Gemeinsam mit fünf Müttern, die bereits an den Fokusgruppen im Juni 2021 teilgenommen hatten, wurden die Ergebnisse, v. a. zu den Hürden für eine gesunde Ernährung im Familienalltag, und die Umsetzungshinweise für das Projekt reflektiert. Dadurch konnten die Ergebnisse besser interpretiert und validiert werden. Der Workshop dauerte ca. 120 Minuten und fand in der Volksschule in Götzis statt. Die Eltern konnten ihre Kinder mitnehmen, diese wurde während des Workshops betreut. Die Ergebnisse der Auswertung wurden vorgestellt und die Eltern um Diskussion, Input und Ergänzungen zu den Themen gebeten. Die Ergebnisse des Workshops wurden direkt in den Bericht eingearbeitet und nicht gesondert protokolliert. Das Projektteam der aks gesundheit GmbH nahm ebenfalls am Workshop teil.

2.2.6 Ethische Überlegungen

Die Teilnehmenden der Fokusgruppen wurden über deren Ziele, das weitere Vorgehen und ihre Rechte als Teilnehmer/-innen informiert. Eine mündliche Einwilligung wurde vor Durchführung der Fokusgruppe, eine schriftliche Einverständniserklärung der Teilnehmer/-innen (vgl. Anhang 7.3) im Anschluss eingeholt. Die Verwendung der Diskussionsbeiträge konnte auch im Nachhinein widerrufen werden. Im Fall der Fokusgruppe mit den Kindern wurden schriftliche Einverständniserklärungen vorab von den Eltern eingeholt.

Die Audiodateien wurden in anonymisierter Form transkribiert und ausgewertet.

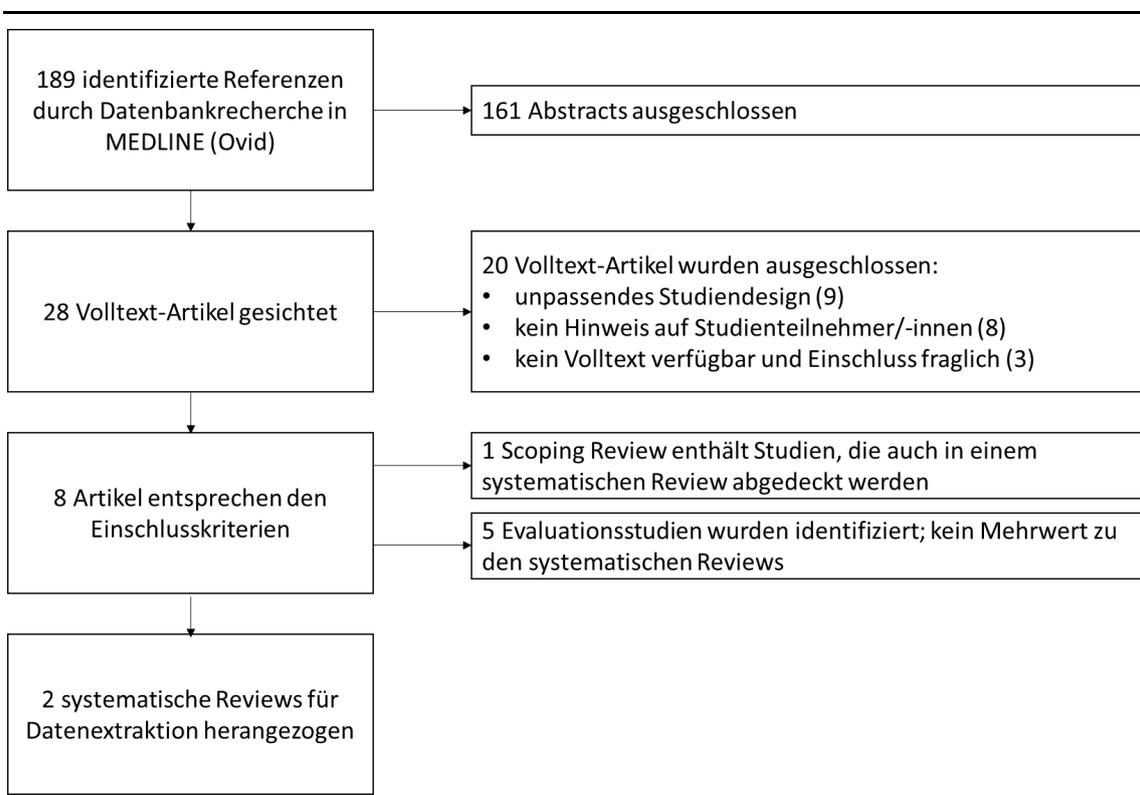
Die Fokusgruppen und der Reflexionsworkshop wurden unter Einhaltung aller damals geltenden Vorschriften zur Bekämpfung der COVID-19-Pandemie durchgeführt.

3 Ergebnisse der Literaturarbeit

3.1 Ergebnisse aus der Suche in MEDLINE (Ovid)

Die fokussierte Suche ergab 189 deduplizierte Treffer. Nach Sichtung der Literatur wurden anhand der Einschlusskriterien zwei Reviews ausgewählt (Black et al. 2017; Colley et al. 2019). Die Studiene Selektion wird in der untenstehenden Abbildung dargestellt.

Abbildung 3.1:
Ergebnisse der Literatursuche



Quelle: GÖG [Suche durchgeführt am 3. 8. 2020]

Die zwei eingeschlossenen Übersichtsarbeiten wurden in den Jahren 2017 und 2019 publiziert. Während ein Review ausschließlich randomisierte Kontrollstudien aus Europa, den USA, Australien und Neuseeland umfasst, sind im zweiten Review nur kanadische Studien inkludiert. Beide Reviews beschreiben fast ausschließlich Interventionen mit vielfältigen inhaltlichen Komponenten (z. B. Obst und Gemüsesnacks, Schulpflege zu Mittag / zum Frühstück, Schulpflege, Schulkantine, Ernährungsbildung, Lebensmittelzubereitung (mit Eltern), Bewegung, Änderung der Versorgungs-politik in der Schule, Multimedia-Aktivitäten, Lehrer/-innen als Vorbild, Übungen für zu Hause /

Newsletter, Arbeitsbücher, Anruf bei den Familien, Ernährungsbildung für die Familie, vgl. auch Tabelle 3.1).

Tabelle 3.1:
Übersicht über die Charakteristika der eingeschlossenen Übersichtsarbeiten

Erstautor/-in, Jahr	Studien-design und Studienländer	Setting	Studienteilnehmer/-innen	Interventionen
(Black et al. 2017)	randomisierte Kontrollstudien in: Europa (16) USA (18) Australien (3) Neuseeland (2)	Schule (25) Vorschule (6) Familie (8)	Die meisten Studien umfassten Teilnehmer/-innen, die für die lokale Region repräsentativ waren, d. h. Kinder aus unterschiedlichen sozialen Schichten. 6 Studien inkludierten vorwiegend benachteiligte Kinder: Auswahl von Schulen, in denen viele Familien einen niedrigen sozioökonomischen Status haben (3) Intervention für eine indigene Bevölkerung (1) Studie wurde in einer ländlichen Gemeinde mit niedrigen Einkommen durchgeführt (2)	umfassendes Ernährungsprogramm mit mehreren Komponenten (31) Programm für die Verpflegung in der Schule (4) Schulfruchtprogramm (1) Schulgartenprogramm (1) Programm für Schulkantine (2)
(Colley et al. 2019)	Kanada (9)	indigene Gemeinden (4) ländliche und urbane Schulen (5)	Einige Programminterventionen zielten auf benachteiligte oder abgelegene Bevölkerungsgruppen ab, die anfällig für Mangelernährung und Lebensmittelunsicherheit sind.	umfassende Ernährungsprogramme mit mehreren Komponenten (8) Lebensmittelversorgung (1)

Quelle: GÖG

Beide Reviews adressieren die Studienteilnehmer/-innen und weisen darauf hin, dass auch benachteiligte Bevölkerungsgruppen erreicht bzw. gezielt adressiert wurden. (Black et al. 2017) beschreiben, dass die meisten Studien Teilnehmer/-innen, die für die lokale Region repräsentativ waren, erreichen. An den Interventionen nahmen sowohl Kinder mit hohem als auch mit niedrigem **sozioökonomischem Status** teil. Einige Studien richteten sich aber auch ausdrücklich an benachteiligte Kinder. Bei der Auswahl der Schulen wurde einerseits auf einen hohen Anteil von sozioökonomisch benachteiligten Familien geachtet, andererseits wurden gezielt **indigene Bevölkerungsgruppen** angesprochen oder Interventionen in **ländlichen Gegenden mit niedrigem Einkommen** der Familien durchgeführt. Black et al. (2017) definierten insbesondere **Familien, die in Gegenden wohnen, die als benachteiligt beschrieben werden können** (z. B. niedriges Einkommen, Ghetto, Gemeindebauten), Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status oder **benachteiligte Minderheiten** als benachteiligte Zielgruppe. Black et al. (2017) weisen allerdings darauf hin, dass inkludierte Studien bei den Ergebnissen häufig nicht nach sozioökonomischer Benachteiligung unterscheiden. Auch Colley et al. (2019) beschreiben, dass einige Interventionen gezielt auf benachteiligte oder abgelegene Bevölkerungsgruppen, die anfällig für Mangelernährung und Lebensmittelunsicherheit sind, abzielten.

Die Evidenz zeige, dass sich Ernährungsprogramme in Schulen unabhängig vom sozioökonomischen Status positiv auf die Ernährung der Kinder auswirken (Black et al. 2017; Colley et al. 2019). Dennoch sei es wichtig, gezielt die Partizipation von benachteiligten Familien zu fördern (Black et al. 2017) und die Intervention auf die Bedürfnisse der Schule und der Zielgruppe anpassen. Erfolgreich sind Interventionen insbesondere dann, wenn sie von der Zielgruppe geleitet werden, die Richtlinien in der Schule angepasst werden, sich Eltern engagieren und kulturelle Anpassungen, die für die Zielgruppe relevant sind, einbezogen werden (Colley et al. 2019).

3.2 Ergebnisse grauer Literatur

Durch die *Suche über Google* wurden hauptsächlich Evaluationen zum EU-Schulobst- und -gemüseprogramm in Deutschland identifiziert. An diesem nahmen insgesamt mehr als 49.000 Einrichtungen mit mehr als 6 Millionen Kindern teil. In der Regel nahmen Grund- und Förderschulen (Einrichtungen für Kinder mit körperlichen und/oder geistigen Beeinträchtigungen, die einen erhöhten Förderbedarf aufweisen) am Programm teil. In den meisten Bundesländern stützte sich die Auswahl der Einrichtungen auf soziale und regionale Kriterien, da insbesondere bei Kindern in schwierigen sozialen Lagen durch das Programm positive Effekte erzielt werden können. Ein kostenloses gesundes Schulfrühstück lieferte oftmals die Voraussetzungen für bessere Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit. Eine besondere Rolle spielte dieses Programm auch bei der Integration von Flüchtlingskindern, da Sprachkenntnisse keine Voraussetzung sind, die Sprachkompetenz aber dennoch durch die Begleitmaßnahmen gefördert wird. (Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft 2016)

Der *Detailmaßnahmenkatalog* zu nationalen und internationalen Best-Practice-Maßnahmen im Bereich der Kinderernährung enthält bereits einige Hinweise auf besonders wichtige Zielgruppen, v. a. sozioökonomisch benachteiligte Familien und Familien mit Migrationshintergrund. (Simetzberger et al. 2016) Es wurden Hinweise zu „schwer erreichbaren Zielgruppen“ bzw. zu erreichenden Kindern/Familien aus zugänglichen Evaluationsberichten gesichtet und extrahiert. Zusammengefasst wurden folgende Zielgruppen genannt:

- » Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status
- » Familien mit geringem Einkommen
- » Familien mit geringem Sozialstatus
- » Familien, in denen die Bezugspersonen Arbeitslosengeld oder Sozialhilfe beziehen
- » Familien mit Hilfen zur Erziehung
- » bildungsferne Familien
- » Kinder mit Übergewicht
- » Kinder mit erhöhtem Förderbedarf (Förderschulen)

3.3 Zusammengefasste Erkenntnisse zu möglichen Zielgruppen

Aus der Literaturlarbeit können keine Hinweise zu Kindern oder Familien gewonnen werden, die im Rahmen von Ernährungsprogrammen in Schulen nicht erreicht werden. Allerdings konnten Hinweise auf Familien gefunden werden, die schwer erreicht werden und eines spezifischen Zugangs bedürfen sowie auf Familien, die aufgrund ihrer Exposition besonders berücksichtigt werden müssen. Hierzu zählen:

- » sozioökonomisch benachteiligte Familien, d. h. Familien mit niedrigem Einkommen, Familien, die Arbeitslosengeld oder Sozialhilfe beziehen, Familien mit niedriger Schulbildung, Familien mit geringem Sozialstatus, Familien, die aufgrund ihrer beruflichen Situation benachteiligt sind
- » Familien mit Migrationshintergrund
- » Familien, die einer bestimmten Bevölkerungsgruppe oder Minderheit angehören
- » Kinder mit erhöhtem Förderbedarf aufgrund körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigungen
- » Kinder mit Übergewicht
- » Kinder/Familien mit Mangelernährung

4 Ergebnisse der qualitativen Fokusgruppen

Zwischen 22. und 24. Juni 2021 wurden fünf Fokusgruppen mit insgesamt 19 Müttern, einem Großelternpaar und 20 Kindern in den drei Volksschulen Satteins, Rohrbach und Götzis durchgeführt (vgl. auch **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.**). Am 15. Oktober 2021 fand ein Reflexionsworkshop mit fünf Müttern statt.

Abbildung 4.1:
Zusammensetzung der Fokusgruppen



Quelle: GÖG

Die Diskussionen und Beobachtungen während der Fokusgruppen gaben Aufschlüsse über die soziale Situation der Familien. Der Bildungsstand, das Einkommen, die berufliche Situation und der Migrationshintergrund wurden nicht mittels Fragebogen erhoben, dennoch kann davon ausgegangen werden, dass Eltern mit unterschiedlichen sozialen Benachteiligungen an den Diskussionen teilgenommen haben. Familien, die sich in sehr prekären, v. a. auch finanziell schwierigen Lebenslagen befinden, wurden jedoch nicht erreicht.

Berufliche und finanzielle Situation der Teilnehmenden

Mindestens zwölf Mütter waren selbstständig oder unselbstständig erwerbstätig, wenige waren noch karentiert oder Hausfrau. Die Partner/-innen dürften ebenso einer Erwerbsarbeit nachgehen, wobei einige Mütter davon berichteten, dass diese einen gastronomischen Betrieb oder einen Supermarkt betreiben. Die berufliche Situation wurde bei den erwerbstätigen Müttern häufig als großes Hindernis im Alltag in Bezug auf eine gesunde Ernährung dargelegt – dabei ging es v. a. um die zeitliche Vereinbarkeit von Beruf, Einkauf und Zubereitung eines Frühstücks, einer Jause oder eines Mittagessens für die Kinder. Zwei erwerbstätige Mütter waren zudem alleinerziehend. Diese beschrieben, dass sie frühzeitig und in höherem Ausmaß wieder ihre Erwerbstätigkeit antreten mussten, um für sich und ihre Kinder auch finanziell sorgen zu können und aufgrund der fehlenden Unterstützung einer Partnerin / eines Partners zusätzlich unter zeitlichen Druck geraten. Erwerbstätige Mütter sind daher für die Möglichkeit einer Verpflegung in der Schule sehr dankbar. Gleichzeitig sind es auch diese Mütter, die aufgrund ihrer beruflichen Situation eigenen Angaben zufolge nur selten an Aktivitäten der Schule teilnehmen können.

Mütter, die hingegen noch zu Hause waren oder nur wenige Stunden arbeiteten, berichteten eher, dass sie ausreichend Zeit hätten, um eine gesunde Ernährung in ihren Alltag zu integrieren, und dass sie gern gemeinsam mit ihren Kindern zu Mittag essen. Es sind auch diese Frauen, die viel Zeit in die Vorratshaltung investieren und/oder regelmäßig Brot backen.

Migrationshintergrund der Teilnehmenden

Neun Mütter hatten (türkischen, afghanischen, rumänischen) Migrationshintergrund, wobei drei Mütter mit sprachlichen Barrieren an den Fokusgruppen teilgenommen haben. Bei Letzteren übersetzten die Kinder oder andere Teilnehmende. Insgesamt hatten mindestens acht der 20 teilnehmenden Kinder Migrationshintergrund.

Weitere Merkmale der Teilnehmenden

Die Mehrheit der teilnehmenden Mütter lebte gemeinsam mit ihrer Partnerin / ihrem Partner und den Kindern in einem Haushalt, zwei Mütter waren alleinerziehend. Acht der 19 Eltern hatten drei oder mehr als drei Kinder. Einige Familien können auch auf ein erweitertes familiäres Netz zurückgreifen. (Schwieger-)Eltern übernehmen bei berufstätigen Familien zumindest tageweise die Versorgung der Kinder.

Elf der 20 teilnehmenden Kinder hatten mäßiges Übergewicht, acht Mütter waren selbst (leicht) übergewichtig.

Es nahmen an der Fokusgruppe mit Eltern und Kindern auch zwei Geschwisterkinder teil, die noch nicht schulpflichtig waren.

Über den sozialen Hintergrund der Familien der teilnehmenden Kinder der Kinderfokusgruppe kann, mit Ausnahme des Migrationshintergrunds, keine Aussage gemacht werden. Ein Junge berichtete jedoch, dass er aufgrund einer Erkrankung der Mutter sehr selbstständig in der Küche agiert.

4.1 Bedürfnisse der Eltern und Kinder

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit den generellen Ansprüchen und den konkreten Bedürfnissen der teilnehmenden Kinder und Eltern im Alltag.

Die Ansprüche der teilnehmenden Eltern/Mütter an Ernährung bzw. Essen sind großteils sehr kohärent. Themen wie Schnelligkeit, Regionalität, Vielfalt, Selbstversorgung, Familienzeit und auch gesundes Essen kommen in den Diskussionen immer wieder vor. Gerade für berufstätige Mütter ergibt sich jedoch häufig eine Diskrepanz zwischen ihren generellen Ansprüchen und den Möglichkeiten der Umsetzung im Alltag, wo es zumeist auf das schnelle Stillen von Bedürfnissen ankommt und oft auch zu wenig Energie bleibt, um über das Essen nachzudenken.

Regionalität und Selbstversorgung

Wenn direkt nach den eigenen Ansprüchen gefragt wird, kommt zumeist als erste Reaktion das Thema der Regionalität bzw. Selbstversorgung. **Gut die Hälfte der teilnehmenden Eltern achtet darauf, woher die Lebensmittel kommen**, kauft direkt bei den Bäuerinnen/Bauern der Region oder hat einen eigenen Garten. Darauf weisen die Aussagen wie *„[...] ja wir haben da ein Hochbeet daheim, dass sie da selber ..., das haben sie am liebsten eigentlich ... vom Garten halt die Sachen.“* oder *„Und also immer wichtiger [...], dass es möglichst noch von da kommt. Also wenn nicht Vorarlberg, vielleicht Österreich und vielleicht nicht grad aus Mexico oder so, sondern aus Italien, ja. Ich schau halt ein bisschen drauf, nicht immer, aber“* bzw. *„Mir ist mittlerweile sehr wichtig, die Regionalität und auch, dass es so frisch wie möglich ist. [...]“* hin. Gründe hierfür sind soziale Aspekte – *„dass das Geld dann dort ankommt, wo es gebraucht wird“* –, das Tierwohl und vor allem auch das Lernen der Kinder. Die Mütter **wollen ihren Kindern zeigen, dass es eine Vielfalt an Lebensmitteln gibt, wie diese wachsen und woher diese kommen**, um so einen Bezug zur Wertigkeit zu schaffen. Eine Mutter meinte: *„[...] Kinder sollen sehr wohl wissen, das ist nicht ein Schnitzel aus der Verpackung. Die Milch muss auch woher kommen, die kommt nicht aus dem Tetra Pak. Und ich finde das ganz wichtig, dass Kinder das verstehen und dass Kinder einfach auch wissen, doch, das Tier hat man geschlachtet. Aber eben auch mit dem Wissen, man kann ja auch darauf schauen, dass das Tier ordentlich leben durfte und gut behandelt worden ist. Und ich glaube, dass das einen ganz anderen Bezug zum Essen bringt.“* Einige Mütter bestätigen diesen Anspruch, andere wiederum sind sich nicht so sicher, ob sie ihre Kinder mit dem Tod konfrontieren sollen, da sie auch befürchten, dass diese sich vom Fleischkonsum abwenden könnten. Obwohl der regionale Konsum oder die Selbstversorgung für einige ein wichtiger Anspruch ist, haben viele Mütter darauf keinen bewussten Anspruch.

Auffallend war, dass das Essen selbst einen zentralen Stellenwert für alle Mütter hat und sie Wert darauf legen, **etwas Gutes zuzubereiten und wo möglich selbst zu kochen**. Während sich alle Mütter als verantwortlich für das Essen in der Familie fühlen, ist das Kochen, Backen und auch die Vorratshaltung für einige nicht nur eine Aufgabe, sondern ein Hobby. Einige Mütter berichteten davon, dass sie in regelmäßigen Abständen Brot backen und Süßigkeiten wie Kekse oder Kuchen selbst zubereiten. Wenige Mütter waren auch dabei, die Experimente damit machen, ihr Joghurt und ihren Käse selbst herzustellen und viel Zeit in die Vorratshaltung, z. B. das Einmachen von Tomaten/Paprika, Kraut, investieren und Sirupe als Alternative zu herkömmlichen Limonaden anfertigen. Besonders die Mütter mit Migrationshintergrund berichteten, dass sie in die Vorratshaltung viel Zeit investieren.

Familienzeit

Einige Mütter beziehen auch ihre Kinder in die Essensplanung, das Einkaufen der Lebensmittel, das Zubereiten der Speisen und das Vorbereiten des Esstisches aktiv ein. Gerade **das gemeinsame Abendessen hat für viele Familien einen zentralen sozialen Stellenwert**. Wohingegen das Frühstück und das Mittagessen eher den Zweck haben, den Hunger rasch zu stillen. Dies gilt insbesondere auch für Familien, in denen die Eltern berufstätig sind.

Ressourcenschonender und kostengünstiger Umgang mit Lebensmitteln

Worauf viele Mütter einen Anspruch erhoben haben, ist die **Verwertung von Lebensmittelresten** und damit der ressourcenschonende sowie kostengünstige Umgang mit Lebensmitteln. Praktisch heißt dies, was zu Mittag nicht aufgegessen wurde, kommt abends oder am nächsten Tag nochmals auf den Tisch oder wird eingefroren oder es wird nach Rezepten gesucht, um Lebensmittel aufzubrechen, bevor sie in der Mülltonne landen. Eine Mutter meinte: *„Da lege ich auch viel Wert darauf, dass ich so einkaufe, dass wir eigentlich so gut wie nie was wegschmeißen. Also ich glaube, dass es oft auch der Fall ist, dass man zu viel einkauft und dass das wirklich so, oder bei mir ist es auch oft so, Kühlschranks auf und mal schauen, was da ganz nach hinten gerutscht ist. Und die Kinder wissen dann genau, Mama hat gekocht, was sie noch gefunden hat, aber es schmeckt.“*

Gesunde und ausgewogene Ernährung

Mehrere Mütter berichteten, dass sie im Alltag auf eine gesunde Ernährung achten, dies aber auch nicht immer so einfach ist. In erster Linie sollen die zubereiteten Speisen von den Familienmitgliedern auch tatsächlich verzehrt werden und idealerweise sollen sie ihnen auch gut schmecken. Eine **ausgewogene Mischkost** wird als die gesündeste Art der Ernährung wahrgenommen. Daher ist den Eltern auch wichtig, dass ihre Kinder eine **Vielfalt an Lebensmitteln und Speisen kennenlernen** und vieles ausprobieren. Eine rein vegetarische Ernährungsweise wird von einzelnen abgelehnt, ihr zumeist hoher Konsum an tierischen Lebensmitteln auch kritisch betrachtet und **Süßigkeiten als Ausnahme oder Belohnung** gesehen. Mehrere (v. a. adipöse Mütter) berichteten, dass sie aufgrund einer Erkrankung bzw. gesundheitlicher Beschwerden ihre Ernährung umgestellt hätten. Aus den Diskussionen kann nicht abgeleitet werden, dass gesunde Ernährung als eine Ressource für den Alltag gesehen wird.

Regional und zeitsparend einkaufen

Wie und wo die Eltern einkaufen, ist sehr unterschiedlich. Unter dem Anspruch der Regionalität wurde bereits beschrieben, dass einige Eltern bewusst regionale Produkte bevorzugen oder **bei regionalen Anbieterinnen/Anbietern einkaufen** bzw. zu Bauernmärkten fahren. Der Großteil der Eltern kauft im Einzelhandel ein, v. a. bei Lidl, Hofer und ergänzend bei Spar. Gerade bei Eltern mit muslimischem Hintergrund wird auch gern in einschlägigen Supermärkten eingekauft, um entsprechende Waren (v. a. Fleisch, Mangosaft und Großpackungen) zu erhalten. Einige der teilnehmenden Familien mit Migrationshintergrund führen auch selbst ein Lebensmittelgeschäft oder einen Gastronomiebetrieb und besorgen ihre Lebensmittel für den Privatgebrauch auch über diesen Weg. Die meisten Eltern schätzen es, wenn sie ihren **Einkauf an einem Ort erledigen können** und fahren auch bei Angeboten nicht mehrere Geschäfte an – hier geht es vor allem auch um die **Zeitersparnis**. Eine Mutter berichtete, dass es ihr auch wichtig ist, plastikfrei einzukaufen und dass sie deshalb auch ihr eigenes Sackerl mitnimmt. Wie häufig und wo die Eltern einkaufen sowie auch wer den Einkauf übernimmt, hängt stark von der beruflichen Situation der Eltern ab. Auffällig war, dass die Rollenverteilung zwischen den Eltern nicht so klar ist wie beim Kochen. So wird in einigen Familien der Einkauf gern auf dem Weg vom Arbeitsplatz nach Hause gemacht – je nachdem geht der Vater oder die Mutter mehrmals wöchentlich oder sogar täglich einkaufen. Eltern, die in einem

Supermarkt arbeiten oder selbst ein Lebensmittelgeschäft oder einen Gastronomiebetrieb führen, nehmen die benötigten Lebensmittel oftmals täglich mit. Einige Mütter beschrieben aber auch, dass sie gern am Ende der Woche, konkret freitags oder samstags, einen Wocheneinkauf machen und sich hierfür ausreichend Zeit nehmen. Mütter, primär jene, die nicht erwerbstätig sind, kombinieren den Einkauf auch gern mit anderen Tätigkeiten oder nutzen Zeitfenster, in denen sie auf ihre Kinder warten. So schilderte eine Mutter: *„Ich geh meistens so zwei bis drei Mal die Woche und meistens alleine. Wenn sie in Kindergarten und Schule sind oder wenn ich die Kleine wieder abhole, dass ich's dann verbinde, dann meistens halt im Spar oder im Laden.“* Eine andere berichtet davon, dass die Nachhilfe des Kindes zu einer Zeit stattfindet, in der auch die Stände des örtlichen Bauernmarkts geöffnet sind. Das nutzt sie, um ihren Einkauf dort zu tätigen. Wenn sie nicht ohnehin vor Ort wäre, würde sie den Markt allerdings nicht besuchen – ähnliches bestätigen auch andere Mütter. Auch die Kinder haben unterschiedliche Erfahrungen mit dem Einkaufen. Manche gehen regelmäßig oder hin und wieder mit ihren Eltern mit, wenige waren noch nie dabei. Die Kinder berichteten aber auch, dass sie selbst hin und wieder den Einkauf erledigen. Dafür bekommen sie den Einkaufszettel mit oder die Eltern geben telefonische Anweisungen. Generell wird selten ein Einkaufszettel verwendet. Einige Mütter berichteten zwar, dass sie einen erstellen, diesen jedoch meist zu Hause liegen lassen. Zunehmend wird deshalb auf das Handy zurückgegriffen. Eine Mutter berichtete von der App Bring!, die ihr sehr dabei hilft, den Einkauf zu organisieren. Diese App erlaubt es ihr auch, die Einkaufsliste mit ihrem Mann zu teilen.

Preis–Leistungs–Verhältnis von Lebensmitteln

Aus finanzieller Hinsicht werden Lebensmittel grundsätzlich als teuer wahrgenommen. Die teilnehmenden Eltern berichteten jedoch nicht, dass sie sich die notwendigen Lebensmittel für den Alltag nicht leisten könnten. Dies könnte aber auch mit dem Setting der Fokusgruppen zu tun haben. Viele Mütter berichteten jedoch davon, dass sie **bewusst einkaufen und abwägen, ob das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt**, ob es günstigere Alternativen gibt und was sie tatsächlich benötigen oder ob sie auch Lebensmittelreste noch verwerten können. Die Eltern geben auch gern mehr Geld aus, wenn sie wissen, damit ein gutes, frisches und schmackhaftes Produkt zu kaufen. Flugblätter der einzelnen Lebensmittelketten werden nicht für die Planung des Einkaufs herangezogen, Rabattmarken aber eingelöst. Ausnahmen sind (alkoholische) Getränke, die gern über Angebotspreise eingekauft werden. Gerade vonseiten der Familien mit Migrationshintergrund wurde berichtet, dass diese gern Großverpackungen kaufen und solche in regulären Supermärkten oft nicht finden. Besonders Milch, Mehl, Zwiebeln und Kartoffeln werden in großen Mengen gekauft, auch aufgrund des Preises.

Zeit zum Frühstück

Gefrühstückt wird in einigen Familien gar nicht, zumeist weil dafür kaum Zeit bleibt oder die Kinder noch keinen Hunger haben. Die meisten Kinder frühstücken ein Brot oder ein Müsli, manche trinken auch nur einen Orangensaft oder ein Glas Milch. Joghurt, v. a. auch Naturjoghurt, wird von einigen Kindern sehr gern gegessen, nur selten mit Obst. Familien mit türkischem Hintergrund berichteten, dass sie gerade am Wochenende ausgiebig frühstücken – mit einer großen Vielfalt an unterschiedlichen Lebensmitteln und Speisen.

Mittagsverpflegung in der Schule / gemeinsamer Mittagstisch

Alle Mütter berichteten, dass sie zumindest einmal täglich kochen, viele auch zu Mittag und am Abend. Gerade berufstätige Frauen greifen zu Mittag auch gern auf Reste vom Vortag oder auf Fertiggerichte zurück oder bereiten einen Toast oder ein Brötchen zu. Aufgrund der beruflichen Vereinbarkeit erleben diese Frauen auch die Mittagsverpflegung in der Schule als wichtige Entlastung oder sie werden von ihren (Schwieger-)Eltern unterstützt. Frauen, die hingegen zu Hause sind oder nur wenige Stunden arbeiten, bevorzugen den gemeinsamen Mittagstisch mit ihren Kindern und verzichten gern auf eine Mittagsverpflegung in der Schule.

Unterstützung von ihrer Partnerin / ihrem Partner oder den Kindern

Obwohl viele der Mütter gern kochen, wünschen sich doch einige mehr Unterstützung von ihrer Partnerin / ihrem Partner. In der Fokusgruppe mit den Kindern wurde auch deutlich, dass **Kinder gern kochen** (z. B. Eierspeise, Salate, Suppen, Nudeln) und ausprobieren. Vereinzelt kochen die Kinder auch regelmäßig, helfen bei der Vorbereitung (z. B. beim Schneiden) und bereiten sich selbstständig Frühstück und Jause vor. Es scheint, dass gerade Kinder, deren Eltern aufgrund ihrer beruflichen Situation wenig Zeit für die Zubereitung haben oder aufgrund anderer Belastungen (z. B. psychischer Gesundheitszustand) zu wenig Energie hierfür haben, sehr selbstständig agieren.

Vorlieben der Kinder

Seitens der Eltern und der befragten Kinder wurde berichtet, dass die Kinder **Schnitzel, Spaghetti Bolognese, Käsespätzle, Pizza und Co.** bevorzugen und **einige auch sehr heikel** sein können. Wenige Eltern richten sich ausschließlich nach den Wünschen der Kinder, die meisten versuchen, auch gesündere Gerichte zuzubereiten oder einen Salat und Gemüse zusätzlich anzubieten. Manchen fällt es aber schwer, ihren Kindern klare Vorgaben zu machen.

Inspiration für fleischlose Gerichte

Der Fleischkonsum ist in vielen Familien ein Thema. So wird in vielen Familien mindestens einmal täglich ein Fleischgericht zubereitet, oftmals deswegen, weil die Partner/-innen darauf bestehen. Aber auch gut etablierte Gewohnheiten und **die fehlende Inspiration für alternative Gerichte** sowie der geringe Zeitaufwand für das Zubereiten von Fleischgerichten sind Gründe für den hohen Fleischkonsum in den Familien. Einige Eltern bedauern auch, dass ihre Kinder kein Fleisch essen möchten. Einige meinen, dass es zwar täglich Fleisch gebe, die Portion aber eher klein gehalten werde und sie **auf eine gute Qualität achten**. Die Eltern berichteten auch, dass es gerade bei Gemüse sehr auf die Zubereitungsart ankommt. Viele der Kinder würden gekochtes Gemüse nicht essen, Ausnahmen sind häufig pürierte Suppen. Die teilnehmenden Kinder bestätigen dies und weisen darauf hin, dass sie rohes Gemüse generell lieber essen.

Ausnahmen

Ausnahmen für eine gesunde Ernährung gibt es **vor allem an Wochenenden**, wenn Freundinnen/Freunde oder Familie zu Besuch kommen oder wenn die (Schwieger-)Eltern die Kinder versorgen. Angeführt werden hier die Beispiele **Grillen im Sommer** oder **Restaurantbesuche**, bei denen nicht darauf geachtet wird, wie gesund die gewählten Speisen und Getränke sind. Eine Mutter berichtete auch davon, dass sie freitags die Kinder belohnt und mit ihnen einen **Besuch bei McDonalds** macht. Als Ausnahme gilt in den meisten Familien der **Konsum von gesüßten Getränken und Limonaden**. Die meisten Kinder trinken im Alltag Leitungswasser. Nur eine Mutter berichtete davon, dass ihre Kinder regelmäßig Cola zu trinken bekämen. Aus den Familien mit Migrationshintergrund wurde auch erzählt, dass sie regelmäßig Mangosaft trinken – zumeist unverdünnt.

Gesunde und frische Jause

Sämtliche Eltern bekannten sich dazu, dass sie versuchen, ihren Kindern eine möglichst gesunde Jause mitzugeben. Diese besteht zumeist aus einem **Brötchen, Gemüse und Obst** und wird meistens von den Eltern vorbereitet. Rohes Gemüse und Obst wird je nach verfügbarer Zeit in der Früh kleingeschnitten, es wird aber seitens der Kinder auch gern im Ganzen gegessen. **Wichtig sei, dass es möglichst frisch ist, seine Form behält** und das Brötchen nicht beeinträchtigt. Gerade im Sommer sei dies schwierig, da Erdbeeren und Steinobst leichter matschig werden. In einer Gruppe wurde speziell über die Mitgabe von Äpfeln diskutiert. Einige Eltern verzichteten darauf, da sie meinten, dieser würde erst hungrig machen. Wenige Eltern berichteten, dass sie ihren Kindern nur Obst und Gemüse mit in die Schule geben. Grund dafür ist, dass sie das Brötchen immer mit nach Hause bringen oder sie möchten, dass die Kinder zu Mittag wieder hungrig sind. Mehrere Kinder äußerten auch, dass sie kein Brot bzw. keine Semmel zur Jause möchten und bevorzugen eher Obst bzw. Gemüse oder auch etwas Süßes (z.B. einen Muffin). Eine afghanische Mutter berichtete, dass sie ihren Kindern wie auch ihrem Mann einen Kebab zubereite und mitgebe und abends frisch koche. Auffällig war, dass auch die befragten Kinder fast immer Obst einpacken (würden) und viele Gemüse dabeihaben. In der Gruppe mit Eltern und Kindern füllten die Kinder Jausenboxen mit Speisen und Getränken. In diesen waren kaum Süßigkeiten oder süße Getränke zu finden und die Kinder bestätigten, dass ihre Jause auch in der Realität so aussehe. In der Fokusgruppe mit Kindern sagten die meisten, dass sie nur manchmal etwas Süßes, wie zum Beispiel einen Schoko-Donut oder -Muffin mitbekommen, nur ein Kind hat täglich etwas Süßes in der Jause. Die Eltern äußerten, dass auch die Kinder selbst darauf schauen würden, etwas Gesundes dabei zu haben. Andere hingegen meinten, dass sie den Kindern schon klar sagen müssen, dass Süßigkeiten nicht in die Schuljause gehören, ebenso wenig wie Hamburger oder Pizza. Dies deckt sich auch mit den Aussagen und Wünschen in der Kindergruppe. Grund für den positiven Zugang zu gesunder Jause dürften auch Aktivitäten im Kindergarten und in der Schule sein. Eine Mutter meinte: *„Im Kindergarten hat man auch schon gesagt, man darf keine Kinderschnitte dazugeben. Fruchtzwerge hat man auch nicht dürfen. Das haben wir so beibehalten. Apfel-Müsliriegel habe ich mal reingegeben, aber das war das einzige.“* Eher wenige Kinder richten sich die Jause selbst, wobei hier in vielen Fällen die Eltern auch kontrollieren, was eingepackt wurde. Eine alleinerziehende berufstätige Mutter berichtete, dass sie das Jausenbrot primär in der Bäckerei kaufe, da es für sie zu stressig ist, dieses selbst zu richten.

Soziale Zugehörigkeit

Es wurde auch darüber berichtet, dass **Kinder in der Schule aufgrund ihrer „ungesunden“ Jause von den anderen Kindern gemobbt** werden. Eine Mutter berichtete, dass ihr Sohn sie darum gebeten habe, am Tag der Fokusgruppe eine gesunde Jause mitzugeben. Durchgeklungen ist auch Kritik an der starken Forcierung einer gesunden Jause seitens der Schule / des Kindergartens. In einer Gruppe wurde darüber diskutiert, dass es schon wichtig sei, eine gesunde Jause mitzugeben, dass es aber ab und zu auch Ausnahmen geben dürfe bzw. ein Mittelweg gefunden werden müsste. Damit war gemeint, dass auch einmal ein Stück Kuchen, ein Schokoladecroissant, eine Wurst oder ein gezuckertes Joghurt mitgegeben werden darf. So meinte eine Mutter: *„Ich glaube einfach, dass es zwischen der Milchschnitte und dem ganz gesunden Brot mit dem Dip noch was, halt ein normales, wie halt die meisten Familien **auch mal ein Wurstbrot oder Schinken halt, das ist verpönt, wo du dir denkst, das ist ja nicht immer.**“* Auch vertraten einige die Meinung, dass selbstgemachtes Brot, auch wenn es Weißbrot ist oder ein süßer Zopf, nicht schaden könne und dessen Verbot übertrieben wäre. Argumentiert wurde dies von einer Mutter damit: *„Das hat einfach mit Maß und Ziel zu tun. Ich denke mir, die Kinder sollen ja eine gesunde Einstellung dazu bekommen.“* Kritisiert wurde aber auch, dass Milchschnitte, Knoppers, Schokoladenbonbons etc. als Jausenmitgabe kommerziell beworben werden. Dies hätte immer wieder zu Diskussionen mit den Kindern geführt und einige Eltern dazu verleitet, derartige Süßigkeiten mit in die Schuljause zu packen.

Ausreichend Zeit für die Jause

Einige Mütter berichteten davon, dass ihre Kinder die Jause oftmals nicht aufessen, dies wurde auch von den Kindern bestätigt. Ein Grund hierfür dürfte sein, dass die Kinder die Pause lieber dafür nutzen, um mit den Freundinnen und Freunden zu spielen, oder **sehr langsame Esser/-innen** seien und die **Pause hierfür zu kurz** ist. Es wurde auch berichtet, dass die **Kinder ihre Jause gern mit Schulkolleginnen/-kollegen tauschen** und sie dadurch auch Ideen und Inspirationen mit nach Hause bringen. Problematisch sei allerdings, wenn Schulkolleginnen/-kollegen ungesunde Speisen dabei haben und die Kinder dann auch vermehrt zu Hause danach fragen.

Abbildung 4.2

Überblick über wichtige Bedürfnisse der Eltern und Kinder an Ernährung bzw. Essen

Bedürfnisse der Eltern	Bedürfnisse der Kinder
<ul style="list-style-type: none">• Regionalität und Selbstversorgung• etwas Gutes zuzubereiten• gemeinsame Abendessen• ressourcenschonender und kostengünstiger Umgang mit Lebensmitteln• Gesunde und ausgewogene Ernährung• dass ihre Kinder eine Vielfalt an Lebensmitteln und Speisen kennenlernen• Süßigkeiten als Ausnahme oder Belohnung• regional und zeitsparend einkaufen• Preis-Leistungs-Verhältnis von Lebensmitteln• Zeit zum Frühstück• Mittagsverpflegung in der Schule / gemeinsamer Mittagstisch• Unterstützung von ihrer Partnerin/ihrem Partner oder den Kindern• Inspiration für fleischlose Gerichte• Gesunde und frische Jause• soziale Zugehörigkeit	<ul style="list-style-type: none">• beim Kochen bzw. vorbereiten helfen• Essen was ihnen schmeckt (Schnitzel, Spaghetti Bolognese, Käsespätzle, Pizza...)• Rohes Obst/Gemüse in der Jause, aber auch gerne etwas Süßes• Pause wird lieber zum Spielen genutzt, als zum Essen• ausreichend Zeit für die Jause• Jause untereinander tauschen• soziale Zugehörigkeit

Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021 und der Reflexionsgruppe im Oktober 2021

4.2 Hürden und Unterstützungsmöglichkeiten für eine gesunde Ernährung im Alltag

Aus den Diskussionen im Rahmen der Fokusgruppen lassen sich einige Hürden für eine gesunde Ernährung im Familienalltag ableiten. Dazu gehören:

Vorlieben der Kinder: Käsespätzle, Nudeln und Pizzas sind wenig nahrhafte Gerichte, die von vielen Kindern jedoch gegenüber Gemüsegerichten bevorzugt werden. Einige Kinder werden von den Eltern als sehr heikel beschrieben. Dies erschwere die Auswahl an Lebensmitteln und Rezepten beim Kochen sowie die Möglichkeiten für eine abwechslungsreiche Schulsjause und belaste die Mütter. Die Mütter wären interessiert an Erklärungsansätzen (Warum sind manche Kinder so heikel? Wie kann dem vorgebeugt oder begegnet werden?), Austausch mit anderen Eltern und einer

gemeinsamen Jause in der Schule. Letzteres würde auch heikle Kinder dazu bringen, andere Speisen auszuprobieren. Hilfreich ist auch das Essen auswärts beispielsweise bei Freundinnen oder Freunden, weil sie dann eher etwas ausprobieren und mit neuen Ideen nach Hause kommen.

Vorlieben der Partner/-innen und Vorbildwirkung der Eltern: Mehrere Mütter wiesen darauf hin, dass sie in ernährungsphysiologischer Hinsicht gern gesünder leben würden. Eigene Gewohnheiten und auch unterschiedliche Vorlieben der Familienmitglieder und die Erwartungshaltungen der Partner/-innen (z. B. es muss jeden Tag Fleisch geben) erschweren dies jedoch oft. Die Mütter berichteten aber auch davon, dass sich die Ernährung der Kinder verändert, wenn (beide) Eltern entsprechend speisen und trinken. So kann den Kindern ein gesunder Umgang beigebracht werden und es lassen sich auch Restriktionen (z. B. bei Cola, Schwarztee etc.) leichter durchsetzen. Angewiesen wird eine Verhaltensänderung bei den Eltern jedoch zumeist erst durch Erkrankungen oder Aufforderung der Kinder. Eine Strategie der Eltern ist jedoch, zuckerhaltige Getränke und Süßigkeiten oder ähnliches möglichst nicht vor den Kindern zu konsumieren.

Essverhalten anderer und sozialer Druck: Mehrmals wurde erläutert, dass im Kontakt mit anderen gern auf die eigenen Ansprüche an gesunde Ernährung verzichtet wird und Speisen und Getränke serviert werden, die ansonsten nicht zum Speiseplan gehören. Gerade Großeltern gegenüber sei es oft schwierig, sich mit den eigenen Ansprüchen durchzusetzen, aber auch bei Treffen mit Freundinnen bzw. Freunden werden Ausnahmen gemacht und beispielsweise zuckerhaltige Limonaden gekauft aus dem Gefühl heraus, nicht nur Wasser anbieten zu können. Auch kann eine (ungesunde) Schuljause anderer zu Diskussionen mit den eigenen Kindern führen.

Werbung: Gerade jene Werbungen in Fernsehen, Sozialen Medien und auf Plakaten, die suggerieren, dass gewisse, zumeist hoch verarbeitete Lebensmittel gesund für das Kind seien, prägen das Wissen der Eltern rund um gesunde Ernährung (z. B. Fruchtzwerge sind gesund), erschweren Eltern, denen bewusst ist, dass es sich hier um ungesunde Produkte handelt, den Einkauf und verursachen Diskussionen in der Familie.

Fehlende Inspiration: Sowohl bei der Zubereitung der Hauptmahlzeiten als auch der Schuljause mangelt es den Eltern oft an Ideen für Abwechslung und es wird immer wieder auf Altbewährtes zurückgegriffen. Manchen fehle die Zeit, lange über Alternativen nachzudenken, manchen auch das Interesse, sich wiederkehrend mit neuen Ideen für Gerichte zu beschäftigen. Einige Mütter fragen dann bei ihrer Partnerin / ihrem Partner oder ihren Kindern nach, wobei hier durchaus auch immer wieder die gleichen Vorschläge kommen. Gern greifen Mütter in diesem Fall auf das Internet zurück. Sie würden sich aber auch einen verstärkten Austausch mit anderen Eltern, Kochworkshops mit einfachen Gerichten für den Alltag und Inspiration aus anderen Kulturkreisen wünschen. Hilfreich kann auch sein, wenn Kinder mit Inspirationen und Ideen von der Schule oder von Freundinnen/Freunden nach Hause kommen.

Stress, v. a. durch die berufliche Situation: Berufstätige Mütter, vor allem jene, die unflexible Arbeitszeiten haben, erleben es als besonders herausfordernd, für eine gesunde Ernährung der Kinder zu sorgen. So bleibt in der Früh oft wenig Zeit für ein ordentliches Frühstück oder die Zubereitung einer abwechslungsreichen Jause. Zu Mittag bleibt kaum Zeit zwischen dem Heimkommen

des Kindes und dem eigenen Arbeitsende, wodurch hier gern auf Toast und Fertiggerichte zurückgegriffen wird. Stressige Situationen ergeben sich aber auch durch andere Aktivitäten der Kinder, wie z. B. Trainings oder Kurse. Daher stellt das Kochen eine Herausforderung dar, die mitunter Stress bei den Müttern verursacht. Als unterstützend wird für diese Familien die Mittagsverpflegung in der Schule wahrgenommen, die Übernahme der Kinder durch Großeltern oder Freundinnen/Freunde und der Austausch mit anderen Eltern zu Strategien und schnellen Rezeptideen. Neben dem Kochen für die Familie würden viele Kinder auch gern beim Kochen oder Backen zu Hause helfen oder selbstständig aktiv sein. Dies ist allerdings oft nicht machbar, weil sich die Eltern gestresst fühlen, zu wenig Zeit oder Geduld mitbringen. Besser möglich ist dies oft bei den Großeltern.

Verunsicherung der Eltern: Halbwahrheiten und Ernährungsmythen sowie strikte Vorgaben der Schule zu gesunder Jause in Kombination mit den Vorlieben der Kinder verunsichern einige Eltern. Es wurde berichtet, dass sie nicht mehr wissen, was sie ihren Kindern noch mitgeben können, sie haben ab und zu ein schlechtes Gewissen oder reagieren mit einem „Jetzt erst recht!“. Bei manchen Eltern führt die Kombination aus eigenen Ansprüchen, Vorlieben bzw. Ablehnung gewisser Speisen der Kinder und ggf. Vorgaben der Schule regelrecht zur Verzweiflung. Helfen würde den Eltern ein Austausch untereinander, ggf. ein Gespräch mit den Lehrkräften oder eine Diskussion mit Fachkräften: Ist es schlimm, wenn mein Kind kein Fleisch isst? Führt dies zu Mangelerscheinungen? Was tun, wenn mein Kind nur Nudeln oder Reis ohne sonstige Beilagen essen will? Ist ein gespritzter Apfel mit Fruchtzwergen gleichzusetzen?

Fehlende Unterstützung und Wertschätzung: Das Kochen liegt in der Verantwortung der Mütter. Viele würden sich allerdings mehr Unterstützung von ihrer Partnerin / ihrem Partner wünschen. Auch wurde über die fehlende Wertschätzung der Familienmitglieder gesprochen und die ab und zu überzogenen Anforderungen der Schule. Für die Familienmitglieder ist es oft selbstverständlich, dass ein gutes Essen auf sie wartet, wenn sie von der Schule oder Arbeit nach Hause kommen. Dies und Fragen wie „Gibt es nichts Gescheites?“ demotivieren die Mütter.

Praktische Umsetzung: Gesundes, abwechslungsreiches Kochen scheitert oftmals, wie in den Punkten oben bereits ausgeführt, an der Inspiration, Planung oder Zeit. Die Schuljause betreffend, ist die Frische gerade bei der Mitgabe von Obst im Sommer ein Thema. Hier würden sich die Eltern gern zu praktischen Tipps austauschen.

Gesundheitszustand/Bewusstsein der Eltern: Ob und wie intensiv sich die Eltern um eine gesunde Ernährung bemühen können, hängt auch von ihrem individuellen Gesundheitszustand ab. Gemeint ist hiermit nicht nur eine psychische oder körperliche Erkrankung der Eltern/Mütter, sondern auch Stimmungslagen (z. B. Müdigkeit aufgrund der Erwerbstätigkeit oder Trägheit und fehlende Motivation). In der Diskussion mit den Kindern wurde klar, dass die Kinder sich vereinzelt, so gut es geht, selbst versorgen, weil es die Eltern nicht können. Auch haben nicht alle Eltern ein Bewusstsein für die Bedeutung einer gesunden Ernährung für die Kinder. Hier sind es oftmals die Kinder selbst, vermutlich angeleitet durch die Aktivitäten in der Schule, die die Eltern darauf hinweisen oder die Ärztin / der Arzt, die/der eine Stoffwechselerkrankung festgestellt hat.

Materielle Ausstattung bzw. finanzielle Situation: Während Lebensmittel generell als teuer betrachtet werden, ist die Leistbarkeit einer breiten Vielfalt an Lebensmitteln gerade für Familien mit keinem oder geringem Einkommen ein Thema. Auch die Wohnräumlichkeiten und v. a. die fehlenden Lagermöglichkeiten (z. B. Vorratsraum, großer Kühlschrank/Gefrierschrank, Keller) können Hürden für eine gesunde Ernährung darstellen. Weniger hingegen kleine Küchen, da auch mit wenigen Kochutensilien gesund gekocht werden kann.

Einige Unterstützungsmöglichkeiten wurden bereits oben erläutert. Wesentliche Ressourcen, die es den Müttern erleichtern, auf eine gesunde Ernährung zu achten bzw. diese im Alltag umzusetzen, kommen aus der Familie. Der Partner / Die Partnerin und auch die Kinder können beim Einkauf, beim Kochen, beim Richten der Jause, bei fehlender Inspiration und bei der Vorbildwirkung unterstützen. Die Großeltern, die Mittagsverpflegung in der Schule und die Möglichkeit einer Pausenverpflegung (z. B. durch Erwerb in einer Bäckerei) werden als wichtige Ressourcen, gerade bei berufstätigen Eltern, wahrgenommen. Aktivitäten in der Schule zum Thema Gesunde Ernährung können dazu führen, dass Kinder mit neuen Ideen nach Hause kommen und auch aktiv eine gesündere Jause einfordern. Allerdings können Verbote oder zu ambitionierte Vorgaben (z. B. die Jause muss immer gesund sein oder striktes Achten auf Regionalität) auch zu Widerstand und Verzweiflung führen. Das gemeinsame Essen mit anderen Kindern kann auch „heikle“ Kinder dazu motivieren, Neues auszuprobieren.

Schlussendlich hilft es den Eltern/Müttern am meisten, wenn die Kinder essen, was vorbereitet wurde, und sie Wertschätzung erfahren.

Zusammengefasst liefert nachfolgende Abbildung eine Übersicht über die wichtigsten Hürden, die es den Eltern/Müttern erschweren, eine gesunde Ernährung im Alltag zu gewährleisten, sowie Ressourcen, die den Müttern den Alltag erleichtern.

Abbildung 4.3:

Überblick über wichtige Hürden und Ressourcen für die Ernährung im Familienalltag

Hürden	Ressourcen	Sonstiges
<ul style="list-style-type: none"> • Zeit • fehlende Inspiration • Werbung • Halbwissen und Mythen • Verunsicherung • sozialer Druck • heikle Kinder/Partner • eigene Gewohnheiten • fehlende Wertschätzung • Gesundheitszustand und Gemütslage • Mut, etwas Neues auszuprobieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Kinder, Partner • Verwandte/Freundinnen und Freunde • gute Verpflegung in der Schule • Pausenangebot • Internet • App zum Einkaufen • Menüplan für die Woche • vorkochen • praktische/einfache Rezeptideen • Basiswissen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ärztin/Arzt • Ernährungsberater/-in • Angebote für Kinder in der Schule

Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021 und der Reflexionsgruppe im Oktober 2021

4.3 Umsetzungshinweise für das Projekt „Uns schmeckt’s“

In den Diskussionen gab es zahlreiche Hinweise für die inhaltliche Ausrichtung des Projekts und generelle Anmerkungen zu den geplanten Vorhaben.

Allgemeine Hinweise für das Projekt und die Elterneinbindung

Die Eltern sprechen sich sehr für Ernährung als Thema in der Schule aus und finden das Projekt „Uns schmeckt’s“ wichtig. Besonders positiv hervorgehoben wurde der Titel des Projekts. Sie sind froh, dass die Begriffe „gesund“ bzw. „gesunde Ernährung“ nicht verwendet wurden, da dies den Blick zu sehr einschränken würde und gerade Eltern davon abhalten kann, sich an den Aktivitäten des Projekts zu beteiligen; einerseits weil die Eltern der Meinung sind, dass sie bereits gesund kochen oder auf eine gesunde Jause achten, andererseits weil der Begriff suggeriert, dass dies die Eltern gerade nicht tun. In erster Linie ist es den teilnehmenden Müttern nämlich wichtig, ihren Familien ein schmackhaftes Essen zur Verfügung zu stellen bzw. deren Bedürfnis nach Essen zu stillen und dafür Wertschätzung zu bekommen.

Die teilnehmenden Eltern begrüßen es sehr, dass sie in die Planung von Maßnahmen eingebunden werden und ihre Meinung abgeben können. Auch ein Diskurs zwischen Eltern, Lehrpersonen und Kindern für die Planung der konkreten Aktivitäten ist von Interesse. Eine Mutter wies darauf hin,

dass aber gerade jene Eltern, für die gesunde Ernährung kein Thema ist, an geplanten Aktivitäten nicht teilnehmen werden oder nur schwer erreicht werden können. Sie wäre allerdings bereit, Kontakt zu diesen Familien herzustellen, sodass auch diese aktiver teilnehmen.

Für die Planung der Termine sei wichtig, dass diese nicht zu Beginn oder am Ende eines Schuljahres angesetzt werden. Am besten geeignet erscheint der Zeitraum November bis Jänner. Termine mit genauer Uhrzeit müssen frühzeitig, d. h. mindestens zwei Wochen im Voraus, angekündigt werden, da ansonsten gerade berufstätige Familien nicht teilnehmen können.

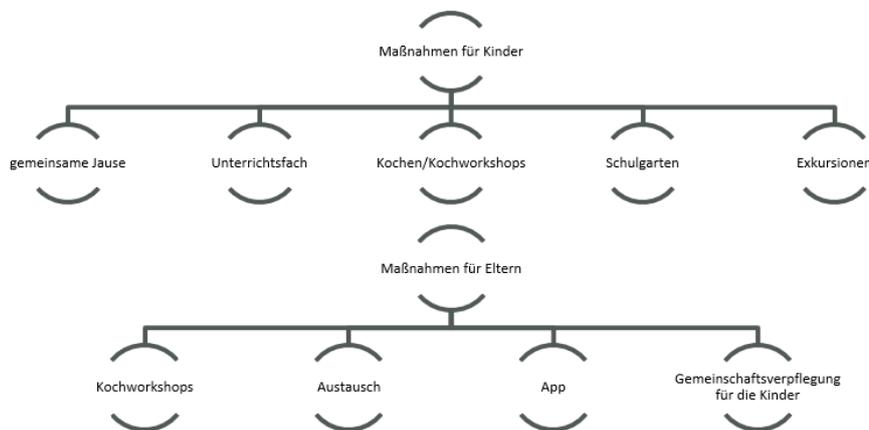
Die Eltern würden sich wünschen, nicht nur über Informationszettel, die über die Kinder verteilt werden, informiert zu werden, sondern persönlich vom Lehrpersonal auf einen Termin aufmerksam gemacht zu werden. Es muss klar sein, in welcher Sprache der Termin stattfindet.

Wichtig ist den Eltern, dass ihre Kinder in der Zeit des Termins betreut werden und dies vorab auch angekündigt wird. Damit könnten mehr Familien erreicht werden.

Maßnahmen, die als hilfreich erachtet werden

Die Teilnehmer/-innen der Fokusgruppen diskutierten über verschiedene strukturelle und verhaltensbezogene Maßnahmen(vorschläge) für Kinder und auch für Eltern. **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.** zeigt die bevorzugten Maßnahmen.

Abbildung 4.4:
Bevorzugte Maßnahmen für Kinder und Eltern



Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021

Eine **Mittagsverpflegung** wird in allen drei Volksschulen bereits angeboten, wobei hauptsächlich berufstätige Eltern dieses Angebot gemeinsam mit der Nachmittagsbetreuung tageweise in Anspruch nehmen. Grundsätzlich sind die Eltern und Kinder mit dem Angebot zufrieden, obwohl sich

einige Eltern, vor allem jene ohne soziales Netz, ein derartiges Angebot an allen Wochentagen oder an mehreren Tagen pro Woche wünschen würden.

Umfassend diskutiert wurde ein gemeinsames **Frühstück** oder eine gemeinsame **Jause** an der Schule. Ein solches Angebot würde wiederum insbesondere berufstätige Familien entlasten und für die anderen Familien den Vorteil bringen, dass sie sich den Einkauf ersparen und sich über die Jause keine Gedanken machen müssen. Zudem hätten damit alle Kinder, unabhängig von der familiären Situation, einen Zugang zu gesundem Essen und insbesondere auch heikle Kinder würden dazu motiviert, Speisen zu probieren, die sie ansonsten nicht essen würden. Außerdem weisen die Eltern darauf hin, dass durch ein gemeinsames Verpflegungsangebot für alle Kinder Diskussionen unter diesen und eventuelle Diskriminierungen nicht stattfinden können. Hinsichtlich der konkreten Umsetzung eines solchen Angebots hatten die Eltern einige Ideen:

- » Den Kindern sollen grundsätzlich gesunde Speisen angeboten werden. Bevorzugt werden Müsli, Joghurt, Obst/Trockenfrüchte, Gemüse, Nüsse, Aufstriche und Brote.
- » Die angebotenen Speisen sollen für alle Ernährungsweisen passen. Daher werden primär vegetarische/vegane Optionen bevorzugt, da diese zudem halal sind und so auch für Kinder mit islamischem Glauben zur Verfügung stünden.
- » Es sollen eher kleine „Häppchen“ statt ganzer Brotscheiben angeboten werden. Dies erleichtert das Probieren für heikle Kinder zusätzlich.
- » Die Eltern sind bereit, einen Unkostenbeitrag zu entrichten, da sie sich mit dieser Maßnahme auch den Einkauf der benötigten Lebensmittel für eine alternative Schuljause ersparen. Wichtig ist ihnen jedoch, dass die Qualität der Lebensmittel stimmt und diese möglichst regional bezogen werden.
- » Die Kinder könnten in die Zubereitung eingebunden werden, dadurch hätten diese wiederum die Möglichkeit, zu lernen und aktiv zu werden. Es ist den Eltern wichtig, dass neben dem Aspekt der Gesundheit und der richtigen Verarbeitung von Lebensmitteln auch vermittelt wird, dass Essen Genuss sein kann. Daher können ab und zu auch Kuchen oder Ähnliches gebacken werden. Es wird jedoch kritisch angemerkt, dass sich ein Einbinden der Kinder zeitlich und strukturell nicht oder nur schwer mit dem Lehrplan vereinbaren lässt.
- » Idealerweise geschieht die Zubereitung der Jause gemeinsam mit dem Lehrpersonal oder einer anderen Betreuungsperson. Einige Eltern haben auch angeboten, dass sie mit den Kindern die Jause zubereiten könnten. Dies könnte berufstätige Eltern jedoch benachteiligen.

Sollte es keine gemeinsame Jausenverpflegung geben, wäre es dennoch gut, wenn es an der Schule eine Möglichkeit zum Erwerb einer gesunden Jause gäbe (z. B. von einer Bäckerei). Dies würde gerade berufstätige Mütter entlasten oder eine Option bieten, falls es in der Früh einmal stressiger ist.

Die Mütter der Reflexionsgruppe haben sich auch für ein Verbot von gesüßten Getränken an der Schule ausgesprochen, da dies auch unter den Kindern und weiter in den Familien immer wieder zu Diskussionen führt.

Hinsichtlich des Erwerbs **ernährungsrelevanter Fähigkeiten und Kenntnisse** sprachen sich viele Eltern und auch Kinder für entsprechende Aktivitäten für die Kinder an der Schule aus. Dieses „alltagsrelevante Wissen“ könnte im Rahmen von Projekten, integriert in andere Unterrichtsfächer oder aber auch als eigenständiges Unterrichtsfach vermittelt werden.

Zitat einer Mutter: *„Ich finde halt allgemein, das klingt jetzt blöd, aber ich finde, man bekommt so viel in der Schule gelernt, was man im Leben nicht mehr braucht, aber Ernährung begleitet uns ein Leben lang.“*

Bevorzugt werden interaktive Methoden, bei denen die Kinder Erfahrungen im Umgang mit Lebensmitteln machen und ihre bisher bereits erworbenen Kenntnisse vertiefen können. Daher begrüßen viele Eltern, aber gerade auch Kinder den Vorschlag, in der Schule das Kochen zu lernen bzw. gemeinsam Speisen zuzubereiten. Die Eltern sehen darin den Vorteil, dass die Kinder eine Vielfalt an Lebensmitteln kennenlernen, Speisen zubereiten, die sie von zu Hause nicht kennen, miteinander tun und erfahren, welcher Aufwand hinter einem fertigen Essen steckt. Auch merken die Eltern an, dass Kinder durch das praktische Tun einfacher lernen. Idealerweise wird regelmäßig, z. B. einmal wöchentlich, gekocht. Kinder, die zu Hause bereits einige Erfahrungen mit dem Kochen gemacht haben, könnten aktiv eingebunden werden und ihr Wissen weitergeben. Eine Mutter zweifelt jedoch an der Umsetzung in Bezug auf den Stundenplan.

Zitat einer Mutter: *„Aber da haben sie wirklich die Buchstaben und Zahlen gebacken, um es über einen anderen Zugang eben beizubringen.“*

Während der Kocheinheiten kann auch über inhaltliche Themen gesprochen werden (vgl. auch **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.**). Rezepte, die sofort mit nach Hause genommen werden können oder über eine Online-Plattform geteilt werden können, sollen jedenfalls fester Bestandteil der Kocheinheiten sein, sodass diese auch nachgekocht werden können. Eine Idee wäre auch, handschriftliche Kochbücher/Kochmappen mit Fotos mit den Kindern zu gestalten. Hier wird jedoch darauf hingewiesen, dass diese Mappen zumeist in der Schule bleiben und eine Umsetzung im Familienalltag nicht so einfach passieren kann.

Neben dem Kochen sollten Kinder über die Herkunft und Verarbeitung von Lebensmitteln lernen, ernährungsphysiologisches Basiswissen erwerben und unterschiedliche Essformen (v. a. auch vegetarische/vegane Kost, kulturelle Besonderheiten) kennenlernen (vgl. auch **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.**). Dabei helfen kann auch, wenn Lehrpersonen Kindern erklären, wieso es beispielsweise wichtig ist, ihr mitgebrachtes Obst/Gemüse auch tatsächlich zu essen.

Abbildung 4.5:
Inhalte für Kinder



Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021

Die Eltern haben hinsichtlich der personellen Umsetzung folgende Anmerkungen/Ideen:

- » aktive Einbindung der Eltern: Die Mütter oder auch die Väter könnten mit den Kindern kochen und ihnen beispielsweise Speisen aus ihrem eigenen Kulturkreis näherbringen. Einige Mütter lehnen dies aber aufgrund ihrer beruflichen Situation oder der Tatsache, dass sie alleinerziehend sind, ab. Den Kindern würde das gemeinsame Kochen mit Eltern gut gefallen.
- » Kochen mit älteren Personen: Der Einsatz von älteren Personen, v. a. von Großeltern, wird von den Kindern eher kritisch gesehen, wobei sich die Eltern dies durchaus vorstellen können. Eine Anmerkung bezog sich auch darauf, dass nicht alle Kinder Großeltern haben und sich manche dadurch ausgeschlossen fühlen könnten. Des Weiteren wird darauf hingewiesen, dass Großeltern mitunter noch im Erwerbsleben stehen und/oder mit dieser Aufgabe überfordert sind oder Ängste haben könnten.
- » Tendenziell wird bevorzugt, wenn Lehrer/-innen mit den Kindern kochen.
- » Ein Vorschlag bezog sich auch auf eine Erfahrung im Kindergarten, dort hat der Koch, der normalerweise die Mittagsverpflegung zubereitet, gemeinsam mit den Kindern einen Workshop gemacht. Das sei bei den Kindern sehr gut angekommen und habe auch die Wertschätzung für das Speisenangebot zu Mittag erhöht.

Eine Mutter wies auch darauf hin, dass ein Schulgarten eine gute Möglichkeit wäre, um mehr über Lebensmittel und deren Herkunft zu lernen. Dieser könne auch in Kochworkshops eingebunden werden. Problematisch ist hierbei jedoch der Erntezeitpunkt der meisten Gemüsesorten. Exkursionen zu nahgelegenen Gemüsebauerinnen/-bauern und Landwirtinnen/Landwirten werden als eine gute Lernplattform betrachtet.

Um die ernährungsrelevanten Fähigkeiten und Fertigkeiten von Eltern zu stärken und Mütter in ihrer Rolle als Versorgerin zu stärken, finden niederschwellige und kontinuierliche Angebote Anklang. Diese sollen nicht nur auf „gesundes“ Essen ausgerichtet sein, idealerweise einen sozialen Charakter haben, Zeit für Austausch bieten und einen angenehmen und wertschätzenden Raum für die Mütter bieten. Entsprechend den Bedürfnissen der Mütter könnten hier kreative Lösungen auch außerhalb des Schulsettings geschaffen werden. Diskutiert wurden v. a. interkulturell geprägte Workshops von Eltern für Eltern, ein Lernen von Köchinnen/Köchen, ergänzt um einen Input von Fachpersonen, mit Tipps für die einfache Umsetzung im Alltag und mit ernährungsphysiologischen Hinweisen. Die Art der Informationsvermittlung soll wertschätzend und ressourcenorien-

tiert sein und berücksichtigen, dass auch Familien in finanziell schwierigen Lagen oder mit wenigen Ressourcen das Wissen und die Rezepte umsetzen können. Zwar können sich die Eltern auch Kochworkshops gemeinsam mit ihren Kindern vorstellen, doch haben insbesondere solche, in denen die Kinder betreut werden, einen besonderen Reiz und würden sich von herkömmlichen Kochkursen unterscheiden. Inhaltlich wären Rezeptideen für schnelle/günstige Gerichte oder Resteküche interessant, auch könnten Vorschläge für die Schuljause ausprobiert oder diskutiert werden (vgl. auch **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.**). Die Themen für einen Austausch unter den Eltern können sehr unterschiedlich sein, sie werden aber vermutlich zumeist aktuelle alltagsrelevante Probleme und Hürden aufgreifen. Die Vorteile sehen Eltern darin, sich mit ihrer Situation nicht allein zu fühlen und Input und Ideen von anderen zu bekommen. Eine alleinerziehende Mutter meinte auch, dass ihr eine Kommunikationsplattform, in der sie Rezepte austauschen und miteinander kommunizieren können, helfen würde, da sie auch die zeitlichen Kapazitäten nicht hätte, um an Austauschtreffen oder anderen Aktivitäten teilzunehmen. Ein Austausch mit Lehrerinnen/Lehrern würde auch der Missstimmung gegenüber der Umsetzung von gesunder Ernährung an der Schule vorbeugen.

Reine Informationsveranstaltungen zu Themen rund um gesunde Ernährung werden abgelehnt, ebenso Informationsbroschüren, da die meisten Eltern die Broschüren aus Zeitgründen nicht lesen würden.

Abbildung 4.6:
Relevante Inhalte für Eltern



Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021

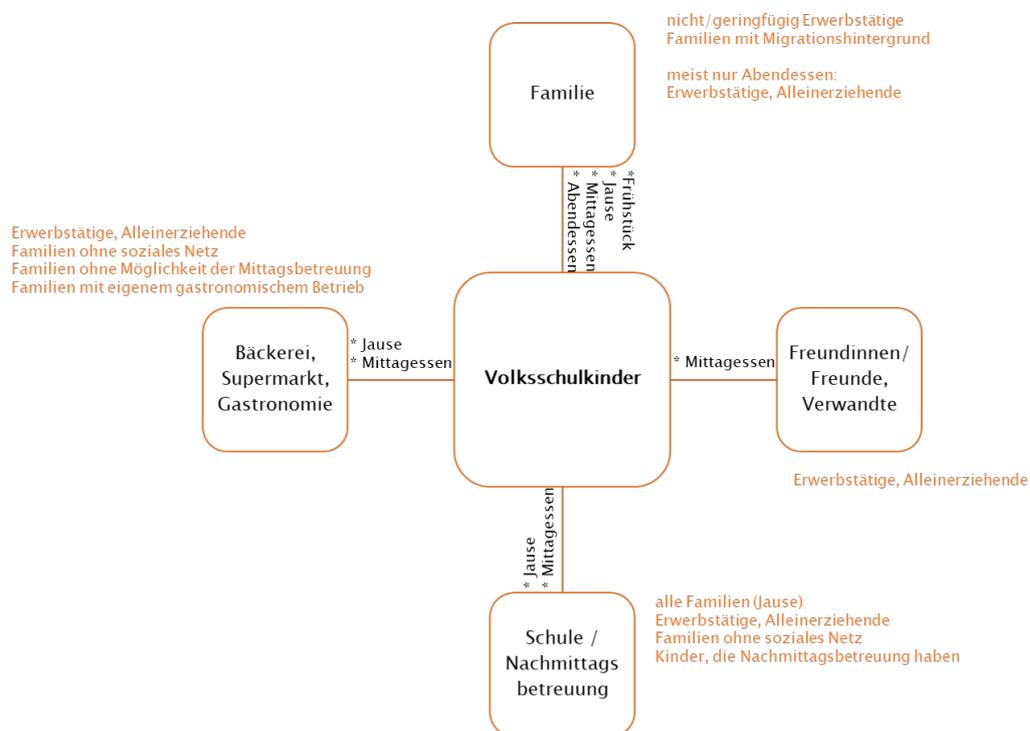
Eine Applikation für das Handy, welche es erlaubt, Einkaufslisten zu verfassen und z. B. mit der Partnerin / dem Partner zu teilen, Rezeptideen zu suchen und Tipps zu gesunder Ernährung zu bekommen, wurde seitens der Eltern als gute Idee gesehen. Idealerweise könne diese mit bestehenden Apps kombiniert werden, da bereits einige im Umlauf sind (z. B. „Bring!“) und ein Umstieg eventuell nicht erfolgt.

5 Schlussfolgerung und Empfehlungen

Ausgehend von der Literatuarbeit und -recherche im Vorfeld sowie den gewonnenen Eindrücken im Rahmen der Fokusgruppen können folgende Schlussfolgerungen gezogen und nachstehende Empfehlungen gegeben werden.

Familien, die aufgrund ihrer beruflichen Situation, ihres Einkommens oder ihres Bildungsstandes benachteiligt sind, sowie Familien mit Migrationshintergrund, Kinder mit einem erhöhten Förderbedarf und Kinder mit Mangelernährung oder Übergewicht müssen in Ernährungsprogrammen in Schulen besonders berücksichtigt werden. Dabei sind einzelne Maßnahmen so auszurichten, dass die individuelle Lebenssituation (z. B. Berufstätigkeit, Situation, alleinerziehend zu sein, finanzielle Engpässe zu haben) berücksichtigt wird und Eltern und auch Kinder durch die geplanten Aktivitäten eingebunden und nicht stigmatisiert werden. Des Weiteren scheint es notwendig zu sein, für einzelne Bevölkerungsgruppen bzw. Familien (außerschulische) Angebote zu schaffen, die diese direkt in ihrer Lebensrealität abholen (wenig Zeit, geringe finanzielle Mittel, fehlende Motivation, schlechter Gesundheitszustand etc.) und Unterstützung bieten. Mögliche Ansatzpunkte bietet die Abbildung 5.1, die auf Basis der Analysen eine Übersicht über das Ernährungsumfeld von Volksschulkindern gibt.

Abbildung 5.1:
Übersicht über das Ernährungsumfeld von Volksschulkindern



Dargestellt werden nur jene Familien, in denen das jeweilige Umfeld/Ernährungsangebot besonders relevant ist.

Quelle: GÖG, basierend auf den Auswertungen der Fokusgruppen im Juni 2021 und der Reflexionsgruppe im Oktober 2021

Strukturelle Maßnahmen an Schulen scheinen grundsätzlich sehr gut geeignet, da alle Familien, unabhängig von ihrer sozialen Situation und ohne Stigmatisierung, profitieren. Dazu zählen insbesondere das Anbieten einer Jause und einer Mittagsverpflegung in der Schule (vgl. dazu auch Klein et al. 2015) Während das Mittagessen eher von berufstätigen Familien im Rahmen der Nachmittagsbetreuung genutzt wird, befürworten alle teilnehmenden Eltern eine gemeinsame kostengünstige und abwechslungsreiche Jause oder ein gemeinsames Frühstück an der Schule. Dies entlastet die Eltern, ermöglicht allen Kindern einen Zugang zu gesunder Ernährung und auch „heikle“ Kinder können abgeholt werden. Wichtig ist, dass die angebotenen Speisen von allen Kindern konsumiert werden können (Stichwort: vegetarische oder koschere Ernährungsweise und Lebensmittelunverträglichkeiten). Es gilt zu prüfen, ob Eltern in der Vorbereitung einer entsprechenden Verpflegung unterstützen können oder anderweitig, unter Berücksichtigung der zeitlichen Verfügbarkeit und der vorhandenen Kapazitäten, eingebunden werden können.

Maßnahmen zur Bewusstseinsbildung und Verhaltensänderung sind mit entsprechender Sensibilität gegenüber strukturellen Benachteiligungen zu planen und umzusetzen, können allerdings einen großen Mehrwert bieten und werden seitens der teilnehmenden Eltern als wichtig für die Entwicklung alltagsrelevanter Fähigkeiten der **Kinder** erachtet. Die Kinder selbst sind dem Thema gegenüber sehr offen und interessieren sich für Input rund um das Thema Essen. Der Input sollte interaktiv vermittelt werden und nicht nur gesunde Ernährung umfassen, sondern das Thema Essen ganzheitlicher betrachten. Besonders beliebt erscheint das gemeinsame Kochen. Dies könnte auch Kinder, die aufgrund sozialer oder gesundheitlicher Belastungen der Eltern verstärkt selbst für ihre Ernährung sorgen, bei dieser Aufgabe unterstützen. Da einige Kinder bereits eigene Erfahrungen mitbringen, können diese als Ressource aufgegriffen werden. Ergänzt werden können solche Kocheinheiten durch einen theoretischen Input.

Kinder tragen Eindrücke und Wissen, das sie in der Schule bekommen, nach Hause und können so auch Einfluss auf das Essen zu Hause nehmen. Gerade deswegen ist es aber wichtig, darauf zu achten, dass die in der Schule vermittelten Inhalte auch in sozial benachteiligten Familien umgesetzt werden können und auch in Familien mit Migrationshintergrund oder Familien mit anderen Ernährungsgewohnheiten Anschluss finden.

Aktivitäten, die sich an die **Eltern** richten, müssen attraktiv sein und dürfen die „Gesundheit“ nicht zu sehr in den Mittelpunkt stellen. Damit die Maßnahmen nicht als stigmatisierend empfunden werden, sollten die Eltern in ihren Lebensrealitäten abgeholt werden und in ihrem Tun bestärkt werden. Dies bedeutet, dass der Hintergrund der Familien (z. B. Berufstätigkeit, Alleinerzieher-Status, Migrationshintergrund) in der Planung und Umsetzung von Maßnahmen unbedingt berücksichtigt werden soll und ein Zeigen mit dem Finger vermieden werden sollte. Theoretische Inputs zu gesunder Ernährung überzeugen die Eltern nicht. Veranstaltungen, die interaktiv gestaltet werden und einen niederschweligen Austausch erlauben, scheinen am erfolgversprechendsten. Besonderen Anklang fand die Idee kultureller Kochworkshops von Eltern für Eltern. Eine ernährungsphysiologische Begleitung kann diese Kochworkshops unterstützen, indem auf die gesunden Eigenschaften des Gerichts eingegangen wird und praxisnahe Tipps zur Aufwertung gegeben werden. Dem Wunsch nach einfachen und schnellen Rezepten für das Mittagessen könnte ebenfalls durch derartige Workshops oder andere niederschwellige Angebote begegnet werden.

Wichtig ist, dass für Rezepte wenig Zeit, wenige Lebensmittel und wenige Kochutensilien gebraucht werden. Denkbar wäre, für die Eltern über das Schuljahr hinweg regelmäßige Treffen mit stark sozialem Charakter zu organisieren. Dabei sollen vorab bzw. fortlaufend die aktuellen Bedürfnisse/Themen der Eltern eingeholt werden. Wichtig erscheint, den Eltern eine Teilnahme auch an nur einzelnen Terminen zu ermöglichen, diese frühzeitig anzukündigen sowie eine Kinderbetreuung anzubieten. Außerdem sollte überprüft werden, ob die Familien in die Umsetzung eingebunden werden können. Dadurch erfahren die Eltern Wertschätzung, sie können sich in regelmäßigen Abständen und in ungezwungener Atmosphäre austauschen, bekommen neue Ideen, haben einen Zugang zu einer Expertin / einem Experten, knüpfen über das Thema Essen soziale Kontakte, die ihnen vielleicht auch im Alltag helfen können, und lernen über das gemeinsame Tun, was gesunde Ernährung bedeutet und wie sie im Alltag umgesetzt werden kann. Eine persönliche Ansprache bzw. Einladung von Eltern durch das Lehrpersonal scheint erfolgsversprechend. Eine Ansprache durch andere Eltern könnte gewährleisten, dass gerade auch sozial benachteiligte Eltern oder Eltern, die sich für das Thema gesunde Ernährung wenig interessieren, gut erreicht werden können.

Inwiefern eine gesunde Ernährung im Familienalltag umgesetzt werden kann, hängt auch vom Familiengefüge ab. Es erscheint wesentlich, nicht nur die Mütter, sondern auch die Väter zu erreichen bzw. den Müttern eine Möglichkeit zu bieten, gesunde und schmackhafte Speisen für ihre Familien zuzubereiten.

Abschließend soll noch angemerkt werden, dass Menschen mit sozioökonomischen Benachteiligungen keine heterogene Gruppe sind und dementsprechend unterschiedliche Bedürfnisse haben können. Daher kann grundsätzlich ein Maßnahmenkomplex, der sowohl ein Angebot für alle Familien beinhaltet als auch ergänzende Maßnahmen speziell für die einzelnen Bevölkerungsgruppen vorsieht, empfohlen werden.

6 Literatur

- Black, Andrew P.; D'Onise, Katina; McDermott, Robyn; Vally, Hassan; O'Dea, Kerin (2017): How effective are family-based and institutional nutrition interventions in improving children's diet and health? A systematic review. In: BMC public health 17/1:Black, Andrew P. School of Health Sciences, University of South Australia, Adelaide, South Australia, Australia. ablack@bulgarr.com.au.
- Black, Andrew P. Bulgarr Ngaru Medical Aboriginal Corporation, PO Box 170, South Grafton, NSW, 2460, Australia. ablack@bulgarr.com.au.
- D'Onise, Katina. School of Health Sciences, University of South Australia, Adelaide, South Australia, Australia.
- McDermott, Robyn. School of Health Sciences, University of South Australia, Adelaide, South Australia, Australia.
- McDermott, Robyn. College of Public Health, Medical and Veterinary Sciences, James Cook University, Cairns, QLD, Australia.
- Vally, Hassan. School of Psychology & Public Health, La Trobe University, Melbourne, VIC, Australia.
- O'Dea, Kerin. School of Health Sciences, University of South Australia, Adelaide, South Australia, Australia.-818
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (2016): Zusammenfassung der Evaluationsergebnisse der in der Bundesrepublik Deutschland am EU-Schulobst- und -gemüseprogramm (SOGP) teilnehmenden Länder für die Schuljahre 2011/2012 - 2015/2016, Bonn
- Colley, Paige; Myer, Bronia; Seabrook, Jamie; Gilliland, Jason (2019): The Impact of Canadian School Food Programs on Children's Nutrition and Health: A Systematic Review. In: Canadian journal of dietetic practice and research : a publication of Dietitians of Canada = Revue canadienne de la pratique et de la recherche en diététique : une publication des Diététistes du Canada 80/2:Colley, Paige. a Health and Rehabilitation Sciences, Western University, London, ON.
- Myer, Bronia. b Medical Sciences and Psychology, Western University, London, ON.
- Seabrook, Jamie. c School of Food and Nutritional Sciences, Brescia University College at Western University, London, ON.
- Seabrook, Jamie. d Department of Paediatrics and Epidemiology & Biostatistics, Western University, London, ON.
- Gilliland, Jason. e Department of Geography, Health Studies, Paediatrics, and Epidemiology & Biostatistics, Western University, London, ON.-79-86

- Klein, Charlotte; Fröschl, Barbara; Kichler, Rita; Pertl, Daniela; Tanios, Aida; Weigl, Marion (2015): Handlungsempfehlungen zur Chancengerechtigkeit in der Gemeinschaftsverpflegung – ein Praxisleitfaden: Systematische Erfassung, Nutzung und Verankerung von methodischen und praktischen Erkenntnissen aus den Maßnahmen der Vorsorgestrategie. Gesundheit Österreich GmbH, Wien
- Lehner, Petra; Sgarabottolo, Verena; Peischl, Nadine; Wagner, Lisa-Maria; Wamprechtsamer, Gabriela (2012): Nationaler Aktionsplan Ernährung inkl. Maßnahmenübersicht und Planung 2012. NAP.e. Hg. v. Bundesministerium für Gesundheit (BMG), Wien
- Richter, Matthias; Hurrelmann, Klaus (2009): Gesundheitliche Ungleichheit. Grundlagen, Probleme, Perspektiven. 2 Aufl., VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden
- Sharma, A; Lanum, M; Suarez-Balcazar, Y (2000): A Brief Guide On How To Conduct a Needs Assessment. In: Community Needs Assessment Guide Loyola University Press Hg. v. Sharma, A, Chicago
- Simetzberger, Sonja; Langer, Sophie; Sturm, Lisa; Affengruber, Lisa; Bruckmüller, Melanie; Dieminger-Schnürch, Birgit (2016): "Best-Practice-Modelle" – Detailmaßnahmenkatalog für die Ernährung für Kinder im Alter von vier bis zehn Jahren, Wien
- WHO Europa (2014): Prevention and control of noncommunicable diseases in the European Region: a progress report. WHO Regionalbüro für Europa, Kopenhagen

7 Anhang

7.1 Suchstrategie

Tabelle 7.1:
Suchstrategie in Ovid/MEDLINE, durchgeführt am 3. 8. 2020

Nr.	Searches	Results
1	(parent* or mother* or father*).ab,kf,ti.	616548
2	Child/	1686373
3	Parents/	63807
4	Legal Guardians/	2049
5	(child* or preschool*).ab,kf,ti.	1433246
6	1 or 2 or 3 or 4 or 5	2658285
7	nutritional programme.ab,kf,ti.	46
8	"food program*".ab,kf,ti.	592
9	"nutritional program*".ab,kf,ti.	616
10	"nutrition program*".ab,kf,ti.	2861
11	school fruit program.ab,kf,ti.	4
12	7 or 8 or 9 or 10 or 11	3999
13	6 and 12	2551
14	limit 13 to (yr="2005 -Current" and (english or german))	1499
15	limit 14 to (evaluation study or meta analysis or "review" or "systematic review" or systematic reviews as topic)	190

Quelle: GÖG

7.2 Informationsblatt



REDEN SIE MIT!
...beim Projekt „Uns schmeckt's“



Einladung zum Eltern-Treff

Termin: Mittwoch, 23. Juni 2021

Uhrzeit: 15–17 Uhr

Ort: VS Rohrbach, Schülerbetreuung

An der Schule Ihres Kindes wird das Projekt „Uns schmeckt's!“ umgesetzt. Dabei erlernt Ihr Kind an der Schule Spannendes zum Thema Ernährung.

Wir möchten uns im Rahmen des Projektes auch mit Ihnen über Ihre Bedürfnisse rund um das Thema **Essen im Familienalltag** unterhalten. Wie kann gute Ernährung im Familienalltag gelingen? Wie kann es erleichtert werden? Was würden Sie brauchen?

Alle Kinder sind eingeladen

Ihr Kind bereitet während des Gespräches eine kleine Jause mit uns zu. Geschwisterkinder sind auch herzlich willkommen, Kinderbetreuung ist vor Ort.

Was müssen Sie mitbringen?

Ihre Zeit. Sonst nichts.

Wir freuen uns auf Sie!

Das „Uns schmeckt's“-Team



Marion



Carina

7.3 Einverständniserklärung

Einverständniserklärung für die Teilnahme an der Fokusgruppe „Eltern-Treff“ beim Projekt „Uns schmeckt’s“

Kurzbeschreibung

An der Schule Ihres Kindes wird das Projekt „Uns schmeckt’s!“ umgesetzt. Dabei lernt Ihr Kind an der Schule Spannendes zum Thema Ernährung. Auch die Eltern sollen aktiv einbezogen werden.

Wir – Carina und Fiona (Gesundheit Österreich GmbH) – möchten uns im Rahmen des Projekts über Ihre Meinung rund um das Thema Essen unterhalten. Was ist gute Ernährung? Was wünschen Sie sich? Welche Ideen haben Sie? Was braucht es für den Alltag?

Informationen zum Umgang mit Ihren Daten

- » Die Teilnahme an der Fokusgruppe ist freiwillig. Sie müssen nicht auf jede Frage antworten. Sie können das Gespräch jederzeit ohne Angabe von Gründen und ohne Nachteile für Sie abbrechen oder die Zusage zur Teilnahme an der Studie gänzlich widerrufen.
 - » Das Gespräch wird ca. 1,5 Stunden dauern.
 - » Das Gespräch wird mit einem Audiogerät aufgezeichnet. Die Aufzeichnung wird sicher an der Gesundheit Österreich GmbH aufbewahrt. Nur das Projektteam hat Zugang zu dieser Aufzeichnung. Nach Projektende wird die Aufnahme gelöscht.
 - » Für die Auswertung wird von der Gesprächsaufzeichnung ein schriftliches Protokoll angefertigt. Alle Angaben werden jedoch anonymisiert. Das gilt auch, wenn wörtliche Zitate verwendet werden.
 - » Die Verwertungsrechte (Copyright) des Interviews liegen bei der Projektverantwortlichen.
- Ich nehme die oben angeführten Informationen zur Kenntnis und ich stimme zu, an der Studie teilzunehmen.**

Datum und Unterschrift Teilnehmer/-in

Name: -----

Anschrift:-----

Bei Fragen zu dieser Gesprächsrunde können Sie mich, Carina, unter der Nummer 0676 848 191-228 erreichen.

Einverständniserklärung für die Teilnahme an der Fokusgruppe „Kinder im Gespräch“ beim Pro- jekt „Uns schmeckt’s“

Kurzbeschreibung

An der Schule Ihres Kindes wird das Projekt „Uns schmeckt’s!“ umgesetzt. Dabei lernt Ihr Kind an der Schule Spannendes zum Thema Ernährung.

Wir – Carina und Fiona (Gesundheit Österreich GmbH) – möchten uns im Rahmen des Projekts auch mit den Kindern über ihre Meinung rund um das Thema Essen unterhalten. Was ist gute Ernährung? Was wünschen sie sich? Welche Ideen haben sie?

Informationen zum Umgang mit den Daten

- » Die Teilnahme an der Fokusgruppe ist freiwillig. Die Kinder müssen nicht auf jede Frage antworten. Sie können das Gespräch jederzeit ohne Angabe von Gründen und ohne Nachteile abbrechen oder die Zusage zum Mitmachen gänzlich widerrufen.
 - » Das Gespräch wird ca. 1 Stunde dauern.
 - » Das Gespräch wird mit einem Audiogerät aufgezeichnet. Die Aufzeichnung wird sicher an der Gesundheit Österreich GmbH aufbewahrt. Nur das Projektteam hat Zugang zu dieser Aufzeichnung. Nach Projektende wird die Aufnahme gelöscht.
 - » Für die Auswertung wird von der Gesprächsaufzeichnung ein schriftliches Protokoll angefertigt. Alle Angaben werden jedoch anonymisiert. Das gilt auch, wenn wörtliche Zitate verwendet werden.
 - » Die Verwertungsrechte (Copyright) des Interviews liegen bei der Projektverantwortlichen.
- Ich nehme die oben angeführten Informationen zur Kenntnis und ich stimme zu, dass mein Kind an der Fokusgruppe teilnehmen darf.**

Name des Kindes

Datum und Unterschrift der Erziehungsberechtigten

Bei Fragen zu dieser Gesprächsrunde können Sie mich, Carina, unter der Nummer 0676 848 191-228 erreichen.

7.4 Leitfäden

Leitfaden für die Fokusgruppen zur Ermittlung der Bedürfnisse von Eltern und Volksschulkindern zur Ernährung im Alltag

Das **Ziel** der Fokusgruppen ist es, Bedürfnisse und Erfahrungen rund um das Thema Essen im Alltag, insbesondere unter sozial benachteiligten Familien, zu diskutieren. Die Erkenntnisse aus den Fokusgruppen sollen in die Entwicklung des Programms „Uns schmeckt's“ einfließen.

Diskutiert werden sowohl vorhandene Unterstützungsstrukturen (Ressourcen) als auch Hindernisse (Schwächen) für eine gesunde Ernährung.

Es werden eine Gruppe mit **Kindern**, vier Gruppen mit **Eltern** und eine **gemischte Gruppe** mit Eltern und Kindern durchgeführt. An einer Fokusgruppe sollen zwischen fünf und max. zehn Personen teilnehmen. Die Fokusgruppen werden für zwei Stunden anberaumt und sollen an einem den Familien bekannten Ort stattfinden (vorzugsweise in der Schule). Für die Fokusgruppe mit den Kindern wird eine Stunde vorgesehen.

Das Ergebnis soll dabei helfen, herauszufinden, welche Maßnahmen wie entwickelt werden sollen, wie das Projekt die Eltern unterstützen kann und was an den Schulen konkret gemacht werden kann sowie was die Eltern daran hindert, eine gesunde Ernährung im Familienalltag zu leben, was sie sich als Unterstützung vonseiten der Schule vorstellen könnten und was ihnen helfen würde, allgemein eine gesunde Ernährung in der Familie umzusetzen.

Hintergrund der Methode

Bedürfnisanalysen werden durchgeführt, um zu einem ausgewählten Thema vorhandene Ressourcen und Schwierigkeiten, mit denen bestimmte Bevölkerungsgruppen zu tun haben, zu identifizieren und passende Lösungen zu erarbeiten. Der einfachste Weg zur Bestimmung von Bedürfnissen ist es, die Menschen selbst um ihre Meinung zu einer bestimmten Situation und zu notwendigen Angeboten zu bitten. Ihre Meinungen und Erfahrungen können sodann verwendet werden, um Programme zu entwickeln, die sich an den Bedürfnissen der Nutzer/-innen orientieren.²

Zentrales Element der Bedürfnisanalyse ist das Abhalten von Fokusgruppen, in denen über Erfahrungen und Bedürfnisse mit der Zielgruppe von zukünftigen Interventionen offen diskutiert werden kann. Hierzu muss vorab die Zielgruppe definiert werden und sodann gezielt zur Teilnahme an den Fokusgruppen motiviert werden. Die teilnehmenden Personen können so auch für ein Mitwirken im weiteren Projektverlauf motiviert werden.

2

siehe z. B. Sharma et al. (2000)

Vorbereitungsarbeiten für die Fokusgruppe

4. Einladungen vorbereiten und Ansprache der Personen abklären
5. Termin und Ort vereinbaren; ungefähre Dauer festlegen
6. Eltern/Kinder persönlich kontaktieren, Ziel des Treffens vermitteln und zur Gruppe einladen
7. kleinen Snack und Getränke vorbereiten
8. Aufnahmegerät mitnehmen/bereitstellen
9. Zustimmungserklärung vorbereiten
10. ausreichend Zeit zur unmittelbaren Nachbereitung einplanen (z. B. Festhalten wichtiger Beobachtungen, zentraler Themen)

Spezifisch für die Gruppe mit den Eltern

11. Kinderbetreuung organisieren
12. Erinnerungsanruf/SMS am Abend zuvor
13. kleines Dankeschön vorbereiten

Spezifisch für die Gruppe mit den Kindern

14. Zeichenblätter und Buntstifte, Bilder und „Jausenboxen“ mitnehmen

Für die Moderatorin / den Moderator:

- » eine Liste mit Dingen/Fragen, die für das Projekt wichtig sind und diskutiert werden sollen, vorbereiten
- » eine Liste mit Bedürfnissen aus der Literatur vorbereiten und ggf. für die Diskussion insbesondere mit den Eltern einsetzen

Ablauf der Fokusgruppe mit Eltern

1. ankommen, Namensschilder vorbereiten, offener Austausch
2. Begrüßung und Vorstellung der Moderatorin / des Moderators
3. Vorstellung der Bedürfnisanalyse und der Rolle der Fokusgruppe, Information über die Aufnahme und die anonyme Verwendung der Aussagen
4. Vorstellung der Teilnehmenden
 - » Was haben Sie heute schon gegessen?
5. offene Fragen der Teilnehmenden zum Ablauf beantworten
6. Diskussion anhand von fünf Leitfragen:

- » Welche Ansprüche/Wünsche haben Sie selbst an Ernährung? Wie wichtig ist Ihnen gesunde Ernährung? Was ist für Sie gesunde Ernährung/gesundes Essen? (Stichwort: Nutzen und Selbstwirksamkeit)
- » Was heißt es für Sie, für die Ernährung der Familie zu sorgen? Was ist Ihnen wichtig? Wie gehen Sie damit im Alltag um/wie erleben Sie es im Alltag?
- » Was unterstützt Sie dabei, sich und die Familie gesund zu ernähren? Sind Schule/Freundinnen bzw. Freunde/Verein etc. dabei hilfreich? Hemmend?
- » Welche Probleme/Hürden/Hindernisse gibt es?
- » Was würden Sie brauchen, um sich und Ihre Familie auch im stressigen Alltag möglichst gesund zu ernähren? Was würde Ihnen helfen, Ihrem Kind ein gesundes Essen anzubieten?

7. konkrete Fragen zum Projekt „Uns schmeckt´s“

- » Im Rahmen des Projekts „Uns schmeckt´s“ soll gemeinsam mit Kindern und Eltern am Thema Gesundes Essen und Trinken gearbeitet werden. Wie stehen Sie dazu? Was wären Themen, die für Sie bzw. für Ihr Kind wichtig wären? Was soll Ihr Kind in der Schule darüber lernen? Worin könnte die Schule Sie unterstützen? Wäre es für Sie hilfreich, wenn es an der Schule für die Kinder vor Schulbeginn ein (kostenloses) Frühstück gäbe?
- » Erleben Sie eine Diskrepanz zwischen dem, was Ihre Kinder in der Schule als gesunde Ernährung vermittelt bekommen, und dem, was Sie darunter verstehen? Wie gehen Sie damit um?

Anmerkungen für die Moderation:

- » *im Hintergrund bleiben und einen offenen Austausch zulassen*
- » *Sicherstellen, dass die Gruppe beim Thema bleibt*
- » *Sicherstellen, dass alle zu Wort kommen*
- » *wichtige Aspekte wiederholen und die Zustimmung abholen*
- » *Notizen machen*
- » *Aspekte aus vorangegangenen Fokusgruppen ggf. nochmals diskutieren/vertiefen*
- » *wichtige Themen für das Projekt ansprechen/Ideensammlung für Maßnahmenentwicklung (3–4 Maßnahmen können noch entwickelt werden)*
- » *Liste mit Bedürfnissen aus der Literatur ggf. einbringen*
- » *ggf. Ideen der Kinder mit einer Elterngruppe diskutieren*
- » *anhand der ersten Frage schon herausarbeiten, welche Ressourcen und Hürden vorkommen, diese aufzeigen und ggf. clustern und mithilfe der weiteren Fragen diskutieren*

8. kurze Summary der Diskussion durch die Moderatorin / den Moderator
9. sich bedanken für das Mitwirken, abholen der Stimmung (Wie geht es Ihnen nun? Was nehmen Sie sich mit?) und Information über den weiteren Prozess; ankündigen, wie sie weiterhin mitwirken können und dass es ein weiteres Treffen geben wird, um die Ergebnisse zu diskutieren; Werbung für das Projektteam Eltern machen

10. Übergabe der Erdbeerstöcke und Einholen der Einverständniserklärungen

Ablauf der Fokusgruppe mit Kindern

1. Ankommen, Namensschilder machen
2. Vorstellung der Moderatorin / des Moderators
3. Vorstellung der Bedürfnisanalyse und der heutigen Aufgabe
4. Vorstellung der Teilnehmenden
 - » Name, mein Lieblingsessen/mein Lieblingsobst/-gemüse
5. bestehende Fragen der Teilnehmenden beantworten
6. Diskussion anhand von Leitfragen (mit unterstützendem Bildmaterial):
 - » Kinder brauchen Energie. Das bekommen sie über Essen und Trinken. Da gibt es Unterschiede – es gibt Essen, das der Körper besser verwerten kann, und Essen, das er schlechter verwerten kann. Welche Ideen habt ihr, wie Kinder sich gut ernähren können, damit sie genug Energie für den Tag haben und gesund bleiben? Was ist für dich ein gesundes Essen?
 - » Wie stellt ihr euch eine gesunde Schulkasse vor? Was sollte in der Kasse sein? Was würdet ihr gern essen? Wie sollte das Essen aussehen? (Bilder mitnehmen/Zeichenmaterial und evtl. Kassen)
 - » Wann isst du Gemüse/Obst? In welchem Zusammenhang? In welcher Kombination? Wie muss es zubereitet sein?
 - » Wie sieht für euch ein gutes Mittagessen aus? Was würdet ihr gern essen? Wie würdet ihr es gern essen?
 - » Was trinkt ihr den ganzen Tag über? Was trinkt ihr gern? Was wären Alternativen? Wie müsste es aussehen? Was braucht`s (Flasche, Zitronenscheibe)? [Hinweis: Alternativen zu süßen Getränken/Süßigkeiten]
 - » Was würdest du gern über gesundes Essen und Trinken wissen/lernen?
 - » Frühstückst du zu Hause? Wie fändest du es, wenn es für dich und andere Kinder an der Schule vor Schulbeginn ein Frühstück gäbe?
 - » Gibt es einen Unterschied zwischen dem, was deine Lehrerin / dein Lehrer dir über gesunde Ernährung sagt, und dem, was deine Eltern sagen bzw. was zu Hause auf den Tisch kommt? Kannst du ein Beispiel nennen? Wenn ja: Ist das für dich ein Problem? Was machst du damit? Wie könnte deine Lehrerin / dein Lehrer dir helfen, diesen Konflikt zu lösen?

Anmerkungen für die Moderation:

- » *siehe Ablauf für die Fokusgruppe mit Eltern*
- » *nach den Leitfragen herausarbeiten, ob und wie die genannten Wünsche zu einem gesunden Essen passen und was vielleicht anders gemacht werden könnte, damit das zusammenpasst*

7. kurze Summary der Diskussion durch die Moderatorin / den Moderator
8. sich bedanken für das Mitwirken, abholen der Stimmung und Information über den weiteren Prozess
9. Übergabe der Erdbeerstöcke

Ablauf der Fokusgruppe mit Eltern und Kindern

1. ankommen, Namensschilder vorbereiten, offener Austausch
2. Begrüßung und Vorstellung der Moderatorin / des Moderators
3. Vorstellung der Bedürfnisanalyse und der Rolle der Fokusgruppe, Information über die Aufnahme und die anonyme Verwendung der Aussagen
4. Vorstellung der Teilnehmenden
 - » Kinder: Was isst eure Mama am liebsten?
 - » Eltern: Was essen eure Kinder am liebsten?
5. offene Fragen der Teilnehmenden zum Ablauf beantworten
6. Diskussion anhand folgender Leitfragen:
 - » Kinder und auch Erwachsene brauchen Energie. Das bekommen sie über Essen und Trinken. Da gibt es Unterschiede – es gibt Essen, das der Körper besser verwerten kann, und Essen, das er schlechter verwerten kann. Welche Ideen habt ihr, wie Kinder und Erwachsene sich gut ernähren können, damit sie genug Energie für den Tag haben und gesund bleiben? Was ist für dich ein gesundes Essen? Welchen Nutzen seht ihr darin?
 - » Wie sieht es bei euch im Alltag aus? Wer ist verantwortlich für das Essen? Unterstützt ihr (Kinder) eure Eltern beim Kochen/Zubereiten von Speisen? Würdet ihr gern unterstützen? Was ist euch (Eltern/Kinder) wichtig? (Stichwörter: Preis, Zeit, gut aussehen, gesund sein etc.)
 - » Was trinkt ihr den ganzen Tag über? Was trinkt ihr gern? Was wären Alternativen? Wie müsste es aussehen? Was braucht`s (Flasche, Zitronenscheibe)? [Hinweis: Alternativen zu süßen Getränken/Süßigkeiten]
7. konkrete Fragen zum Projekt „Uns schmeckt´s“
 - » Im Rahmen des Projekts „Uns schmeckt´s“ soll gemeinsam mit Kindern und Eltern am Thema Gesundes Essen und Trinken gearbeitet werden. Wie stehen Sie dazu? Was wären Themen, die für Sie bzw. für Ihr Kind wichtig wären? Was soll Ihr Kind darüber in der

Schule lernen? Worin könnte die Schule Sie unterstützen? Was möchten ihr (Kinder) darüber lernen?

- » Wäre es eine Hilfe, wenn es vor Schulbeginn an der Schule ein Frühstück für die Kinder gäbe?
- » Gibt es Unterschiede zwischen dem, was die Kinder in der Schule zu gesunder Ernährung hören, und dem, wie ihr es zu Hause lebt?

Anmerkungen für die Moderation: siehe Leitfaden Eltern

8. kurze Summary der Diskussion durch die Moderatorin / den Moderator
9. sich bedanken für das Mitwirken, abholen der Stimmung (Wie geht es Ihnen nun? Was nehmen Sie sich mit?) und Information über den weiteren Prozess; ankündigen, wie sie weiterhin mitwirken können und dass es ein weiteres Treffen geben wird, um die Ergebnisse zu diskutieren; Werbung für das Projektteam Eltern machen
10. Übergabe der Erdbeerstöcke und einholen der Einverständniserklärungen

Nach der Fokusgruppe

Unmittelbar nach der Fokusgruppe: wichtige Themen, Eindrücke und Beobachtungen dokumentieren

Sobald wie möglich:

- » Protokoll anfertigen
- » Antworten/Anregungen clustern, analysieren und aufbereiten für die weitere Verwendung
- » ggf. eine Dankeskarte mit weiteren Kontaktmöglichkeiten und Möglichkeiten zum Mitwirken senden

Zusätzliche Fragen, Ideen für Maßnahmenplanung aus dem Projektantrag „Uns schmeckt’s“

Fragen aus Antrag zu Bedürfnisanalyse:

Wie sehen die Ess- und Einkaufsgewohnheiten aus? Wo (über welche Medien) kommt Ihnen im Alltag das Thema Gesunde Ernährung unter? Wieviel Geld wird für Lebensmittel und Getränke ausgegeben? Bekommen Kinder eine Jause mit in die Schule? Gibt es regelmäßige Esszeiten der Familie? Welche (gesunden) Lebensmittel schmecken? Welche Kriterien muss die Zubereitung erfüllen? Welchen Stellenwert hat das Essen in der Familie? (satt werden, gemeinsame wertvolle Zeit verbringen, billig, ... etc.)

Partizipative Entwicklung von Modulen

Entsprechend den Ergebnissen der Bedürfniserhebung entwickeln sozioökonomisch benachteiligte Eltern gemeinsam mit Ernährungsexpertinnen (aks) Module für den „Baukasten gesunde Ernährung“. Die Module werden in Volksschulen und sogenannten „Brennpunktschulen“ implementiert. Und wir wissen aus der Bedürfniserhebung, dass gesunde Ernährung nicht teurer sein darf. Deshalb entwickeln Eltern gemeinsam mit App-Entwicklerinnen/-Entwicklern die Kriterien für eine Einkaufs-App, damit Eltern günstig gesunde und saisonale Lebensmittel einkaufen können. Einfache Rezepttipps werden mitgeliefert.

Ideen für Maßnahmen:

- » Apps/Filme erstellen zur Gesundheitskompetenz, Familien stärken, Elterncafés, Elterntreff, ...
- » Multiplikatorenmodell: Kochpatinnen/Kochpaten an Volksschulen für praktische Umsetzung, gemeinsames Kochen
- » Schulungen/Kochkurs für Eltern
- » Elterncafés – Kinder geben ihr Wissen praktisch an Eltern/Erwachsene weiter
- » Kochbuch: mitwachsend mit Aktionen der Kinder in der Schule
- » Kinder kochen für Kinder – Rezepte für Gemeinschaftsverpflegung mit Kindern entwickeln, für alle Schulverpfleger/-innen anbieten
- » Frühstück an Schulen vor Schulbeginn (Projekt Brotzeit als Best-Practice-Beispiel)

7.5 Bilder der Jausenboxen



Quelle: Birgit Höfert, aks



Quelle: Birgit Höfert, aks

