

Checkliste: Kriterien für eine ganzheitliche Ernährungskultur

Bildungseinrichtungen, die eine ganzheitliche Ernährungskultur etablieren möchten, können diese Checkliste nutzen, um sich einen Überblick zu verschaffen. Gehen Sie die einzelnen Kriterien durch und haken Sie ab, welche Kriterien ihre Einrichtung bereits erfüllt. So können Sie leicht Ihre ersten Handlungsfelder identifizieren und einen Aktionsplan für die weitere Umsetzung entwickeln. Erfüllt ihre Einrichtung alle hier aufgeführten Kriterien, hat sie den Bronzestatus erreicht.



Strategie & Führung

1. Arbeitsgruppe Ernährung

- Die Einrichtung hat eine Arbeitsgruppe zum Thema Ernährung, die unterschiedliche Akteur:innen wie z. B. Erzieher:innen, Lehrer:innen, Kinder, Jugendliche, Küchenmitarbeitende oder Einrichtungsleitungen mit einbezieht.
- Die Arbeitsgruppe trifft sich mindestens zwei Mal pro (Schul-)Jahr.

2. Vision zur Ernährungskultur

- Die Kita bzw. Schule hat eine Vision davon, wie das Thema Ernährung/Essen und Trinken in ihrer Einrichtung zukünftig gelebt werden soll.
- Die Einrichtung hat klare Ziele für die Umsetzung einer ganzheitlichen Ernährungskultur, die auf dieser Vision basieren.

3. Bestandsaufnahme

- Die Einrichtung führt eine Bestandsaufnahme durch: An welchen Stellen spielt Ernährung bereits eine Rolle? Welche ernährungsbezogenen Aktivitäten und Maßnahmen werden bereits umgesetzt?
- Die Einrichtung erarbeitet auf Basis der Bestandsaufnahme einen Aktionsplan zur Umsetzung einer ganzheitlichen Ernährungskultur. Der Aktionsplan enthält konkrete Maßnahmen.

4. Kommunikation

- Die Ernährungsvision der Kita bzw. Schule wird an alle Akteur:innen der Einrichtung kommuniziert.
- Alle Aktionen und Maßnahmen zum Thema Ernährung werden an die Kita- bzw. Schulfamilie kommuniziert.

5. Beteiligung von Kindern und Jugendlichen

- Kinder und Jugendliche haben die Möglichkeit, sich aktiv an der Umsetzung einer ganzheitlichen Ernährungskultur zu beteiligen und Ideen einzubringen.



Ernährung & Nachhaltigkeit

1. Ess- und Ernährungsumgebung

- Es gibt einen Essbereich, in dem die Kinder und Jugendlichen in Ruhe essen können.
- Die Mensa und der Essbereich sind positive Ernährungsumgebungen, in denen Kindern und Jugendlichen die Wahl von nachhaltigem und gesundem Essen leicht gemacht wird.

2. Förderung von Obst und Gemüse

- Die Einrichtung ergreift Maßnahmen, Kinder und Jugendlichen zu ermutigen, täglich frisches Obst und Gemüse zu essen.

3. Informationen zum Speisenangebot

- Der Speiseplan hebt besondere Merkmale wie z. B. den Einsatz von frischen und unverarbeiteten Produkten, saisonalen und regionalen Lebensmitteln, Bio-Produkten oder fair gehandelten Zutaten hervor.

4. Zugang zu Trinkwasser

- Die Einrichtung ermöglicht den Kindern und Jugendlichen einen unkomplizierten Zugang zu (Leitungs-)Wasser.

5. Leitfaden zu gesunden Lunchpaketen und Snacks

- Die Einrichtung stellt einen Leitfaden für gesunde Lunchpakete und Snacks zur Verfügung. Dieser dient den Kindern und Jugendlichen sowie Eltern und Erziehungsberechtigten als Orientierungshilfe.

6. Berücksichtigung von Ernährungs- bedürfnissen

- Kinder und Jugendliche mit besonderen Ernährungsbedürfnissen (z. B. Allergien und Unverträglichkeiten) haben Zugang zu entsprechendem Essen oder die Möglichkeit, ihr Mittagessen auf sichere Weise mitzubringen.

7. Monitoring der Lebensmittelabfälle

- Die anfallenden Lebensmittelabfälle in der Einrichtung werden mindestens einmal im Jahr für eine Woche gemessen. Hierfür arbeitet die Einrichtung ggf. mit den Verpflegungsverantwortlichen zusammen, nutzt Projektwochen, AGs oder ähnliche Formate.



Bildung & Lernen

1. Ernährung in der Bildungsarbeit

- Das Thema Ernährung wird als fester Bestandteil in die Bildungsarbeit der Einrichtung integriert. Dies kann zum Beispiel durch spielerische Aktionen, Ausflüge und Exkursionen, fächerübergreifende Projekte, Thematisierung im Unterricht oder das Angebot von praktischen Aktivitäten wie Gärtnern und Kochen erfolgen.

2. Praktisches Lernen

- Die Einrichtung bietet den Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, an praktischen Aktivitäten zum Thema Ernährung teilzunehmen. Dies können zum Beispiel gemeinsame Garten- oder Kochaktionen sowie Ausflüge zu lokalen Lebensmittelproduzent:innen und -verarbeiter:innen sein.

3. Weiterbildung

- Die Erzieher:innen bzw. Lehrkräfte haben Zugang zu Bildungsressourcen zum Thema Ernährung und Bildung für Nachhaltige Entwicklung.
- Die Einrichtung ermöglicht Erzieher:innen bzw. Lehrkräften die Teilnahme an Weiterbildungen zum Thema Ernährung und Bildung für Nachhaltige Entwicklung.



Gemeinschaft & Kooperation

1. Beteiligung von Eltern und Erziehungsberechtigten

- Eltern und Erziehungsberechtigte werden über die Ernährungsvision der Einrichtung informiert.
- Eltern und Erziehungsberechtigte haben die Möglichkeit, Ideen für eine ganzheitliche Ernährungskultur in der Einrichtung einzubringen, an damit verbundenen Aktionen teilzunehmen sowie die Arbeitsgruppe Ernährung zu besuchen.

2. Kommunikation an das erweiterte Netzwerk der Einrichtung

- Die Vision und Ziele zur Umsetzung einer ganzheitlichen Ernährungskultur werden an das erweiterte Netzwerk der Kita bzw. Schule kommuniziert.