



„Wiener Jause“

Essen und Trinken in Volksschulen

Aktive Trinkförderung und Einführung eines Schulfrucht-/Schuljauseprogrammes an Volksschulen als Maßnahme der Gesundheitsförderung im 20. Wiener Gemeindebezirk

Das Projekt hat drei inhaltliche Schwerpunkte: das Wasser trinken, die Einführung von Schulobst sowie die Optimierung der Schuljause.

Sämtliche Maßnahmen werden in Projektzirkeln gemeinsam mit VertreterInnen aller Schulen geplant und abgestimmt. Für die Lehrkräfte werden Weiterbildungen zu den Schwerpunkten angeboten. Eltern werden mittels Elternbriefen motiviert.

Trinkförderung: Eine aktive Förderung des Wassertrinkens an Volksschulen verbessert die Konzentrationsfähigkeit und vermindert das Risiko übergewichtig zu werden.

Aktivitäten und Maßnahmen:

- Projektzirkel mit Pädagoginnen
- Trinkrituale zur Steigerung der Trinkmenge
- wöchentliche Infoblätter
- Pädagog. Maßnahmen
- Partizipation der SchülerInnen
- Schulen werden „Wasserschulen“ – es wird nur Wasser getrunken

Schulfruchtprogramm: Kostenlose Schulfruchtprogramme für Volksschulen wirken sich positiv auf das Ernährungsverhalten und die Geschmacksbildung aus.

Aktivitäten und Maßnahmen:

- Projektzirkel mit Pädagoginnen
- Belieferung mit Bio-Schulfrüchten (große Vielfalt an Obst und Gemüse, Erprobung verschiedener Klassenkisten-Varianten)
- gemeinsame Obstpause
- wöchentliche Infoblätter
- Pädagog. Maßnahmen
- Lehrausgänge zum Biohof

Schuljause: Bis zu einem Viertel der SchülerInnen kommt ohne Frühstück in die Schule. Dabei ist eine ausgewogene Ernährung für die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit und die nachhaltige Gesundheit von Kindern besonders wichtig.

Aktivitäten und Maßnahmen:

- Planung und Umsetzung eines ausgewogenen Jausenplans

Schulen: alle 12 Volksschulen im 20. Bezirk (etwa 3.200 SchülerInnen)

Projektdauer: 3 Jahre (2010 - 2013)

Evaluierung: durch das Ludwig Boltzmanninstitut für Gesundheitsförderungsforschung

Projektleitung: Mag. Karin Kaiblinger, Mag. Rosemarie Zehetgruber
www.gutessen.at

Kontakt: Karin Kaiblinger karin.kaiblinger@gutessen.at m: 0664/1508431

WIENER SCHULFRUCHTPROGRAMM
MIT UNTERSTÜTZUNG DER EUROPÄISCHEN UNION