



gutessen consulting

# Chancengleichheit beim Essen

## Gedanken aus dem Projektalltag

**Mag. Rosemarie Zehetgruber**  
**[www.gutessen.at](http://www.gutessen.at)**



AHS, 6. Bezirk

BOKU/Pirker



PMS, 10. Bezirk

McKioto – Sparkling Science  
Koop: BOKU, FIBL, PH Wien, gutessen consulting

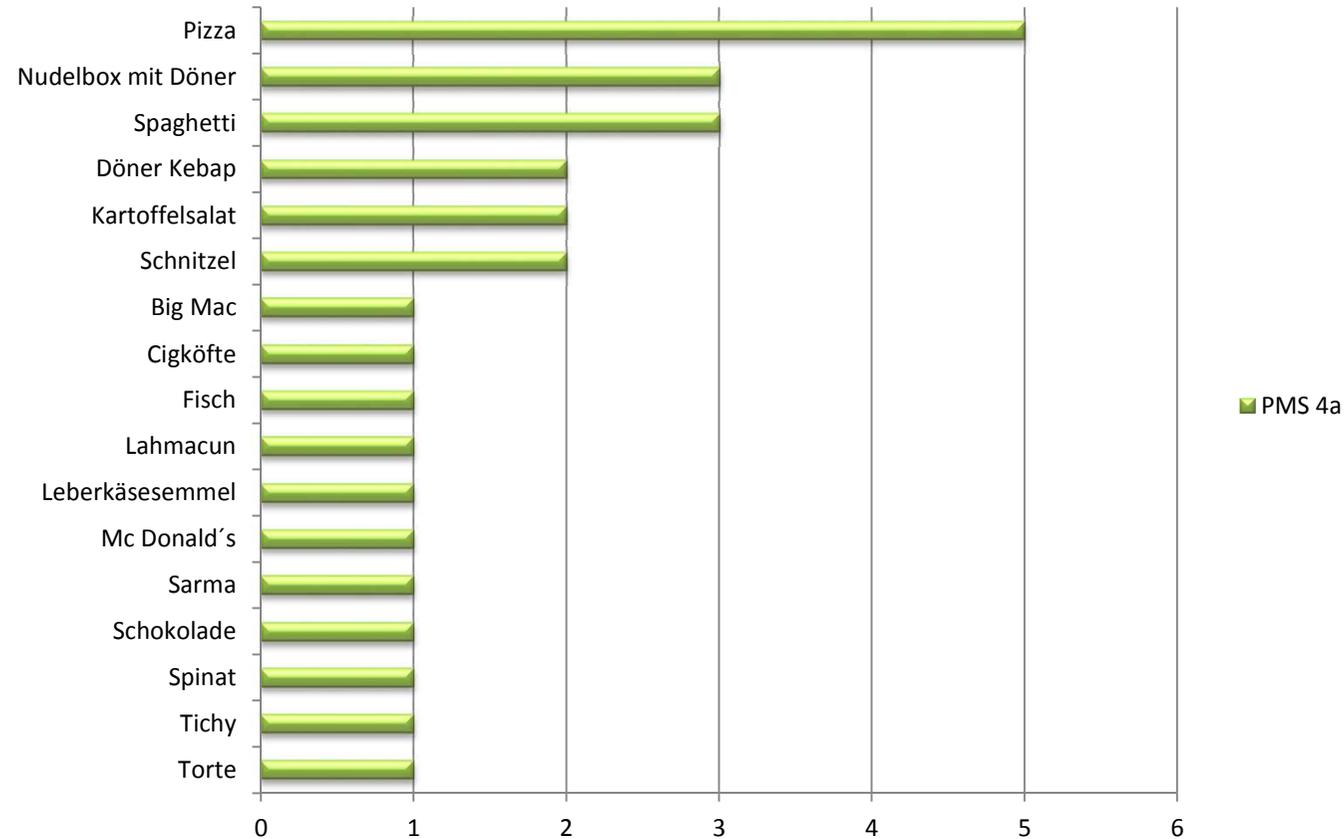
## „Mc Kioto“ Biokulturelle Vielfalt, Klimarelevanz und Gesundheitsauswirkungen jugendlicher Esskultur

# PMS 4a



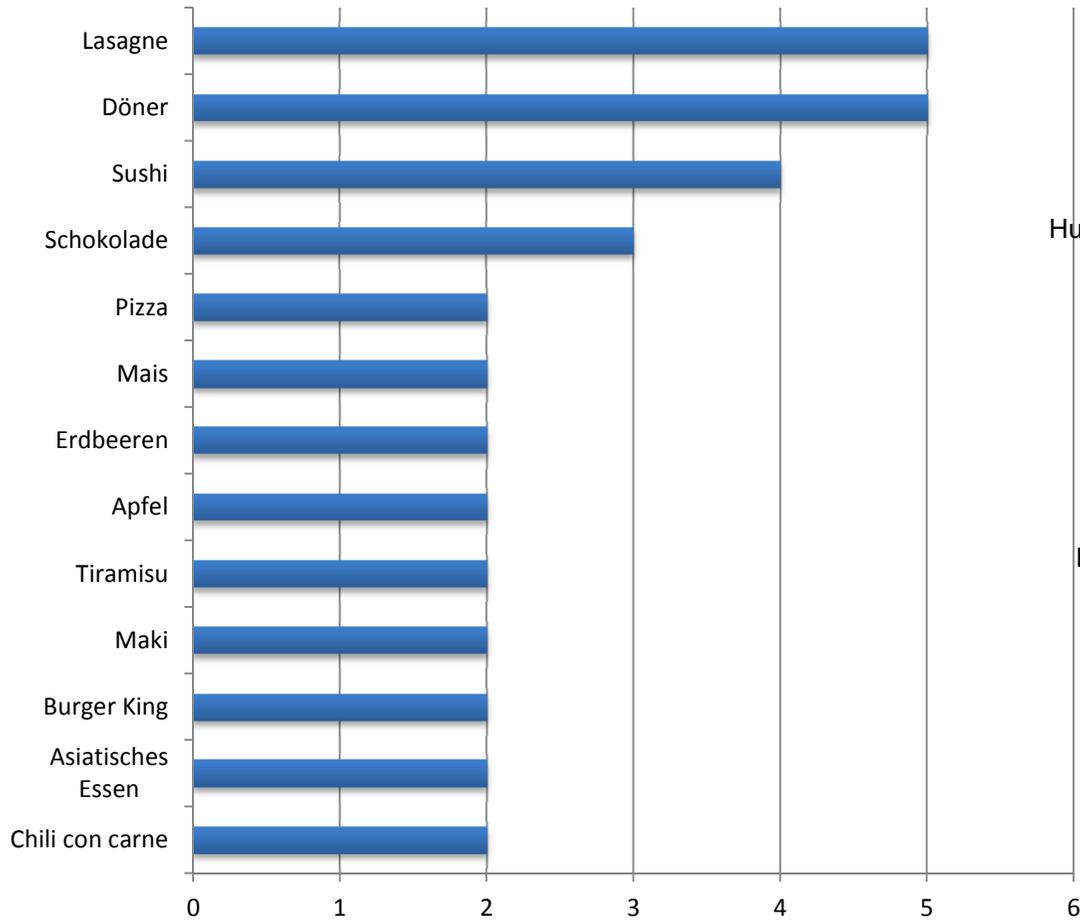
gutessen consulting

## Das sind die Lieblings Speisen

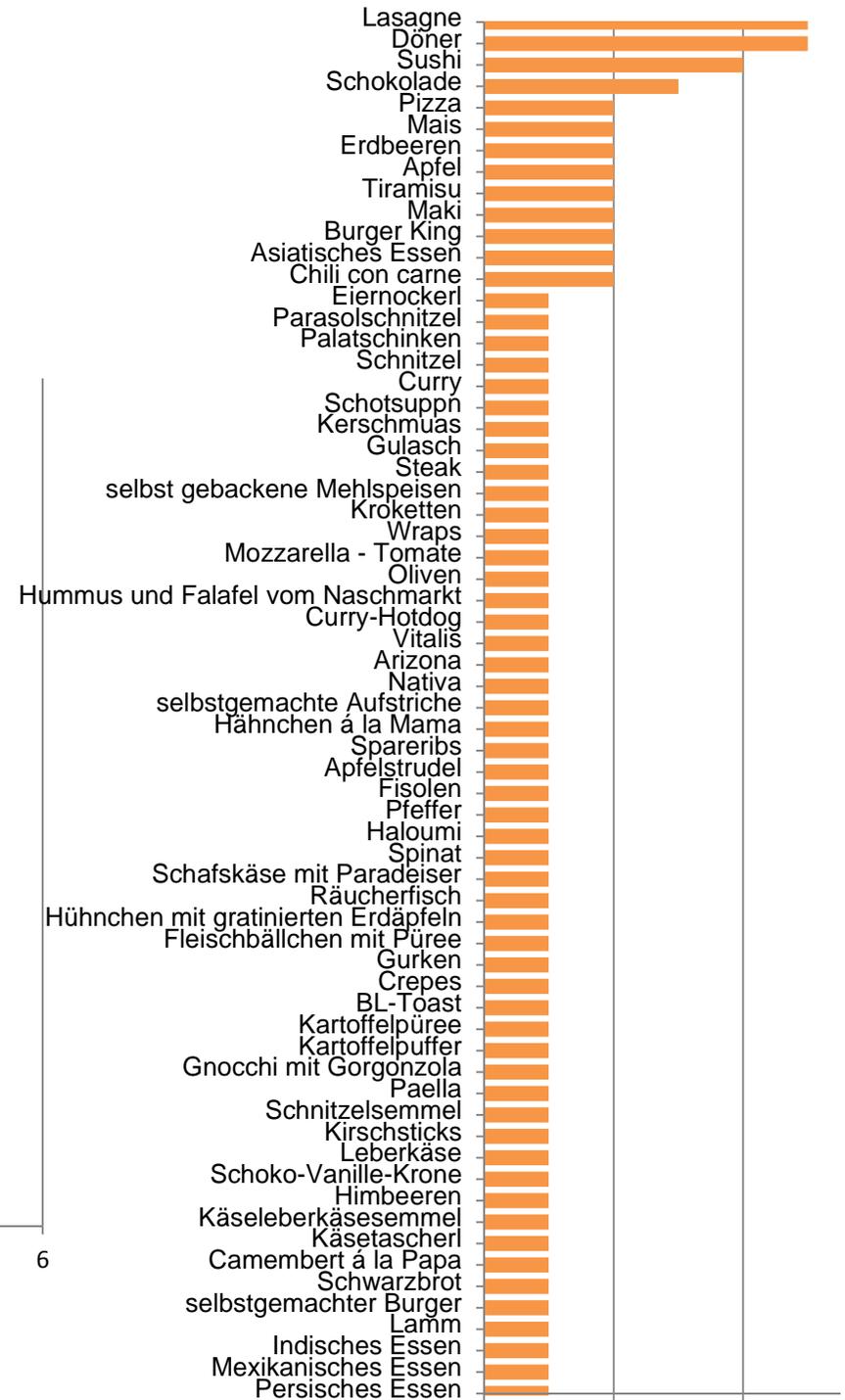


# AHS 4a

## Lieblingsspeisen



McKioto – Kulinarischer Steckbrief

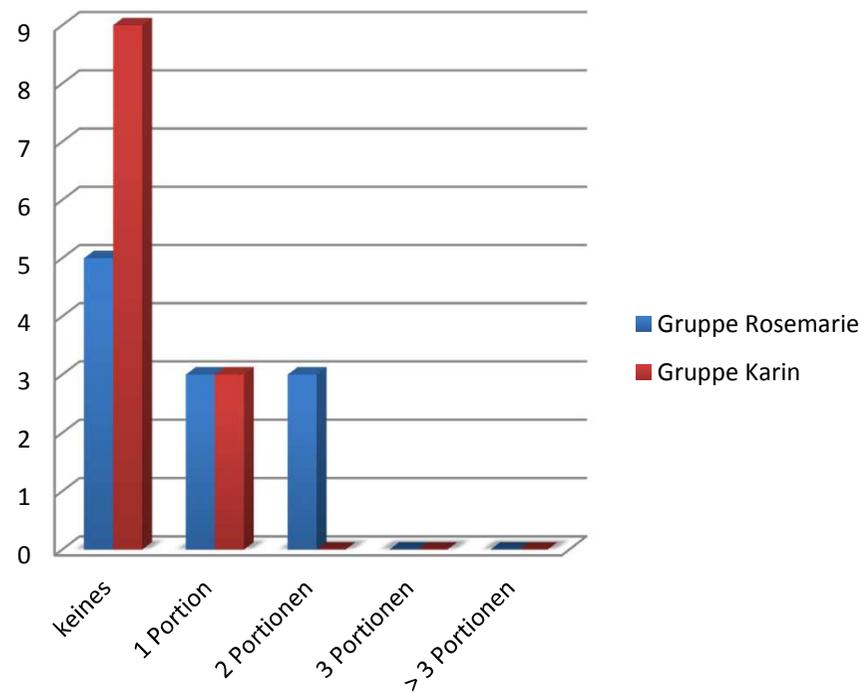


# Obst/Tag

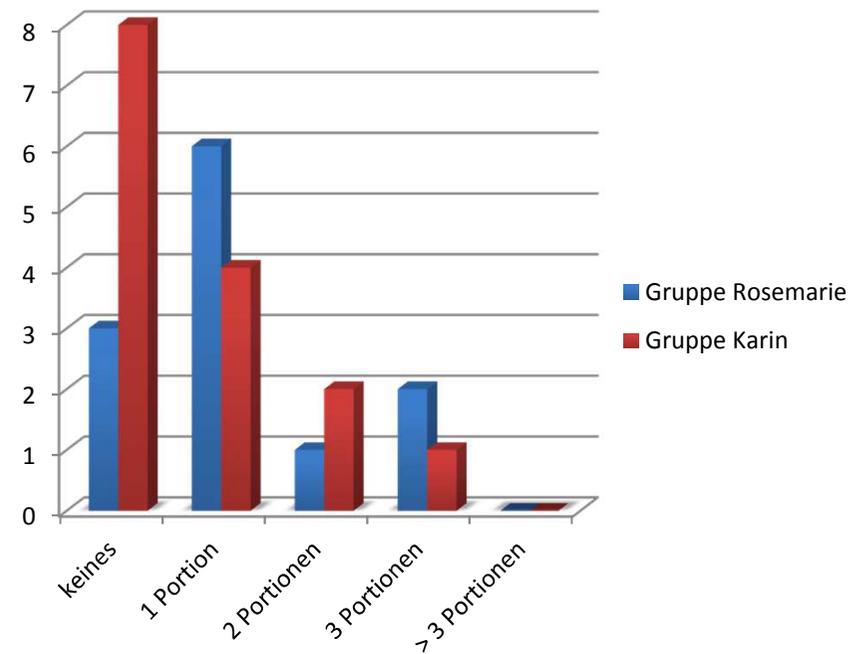


gutessen consulting

## PMS



## AHS

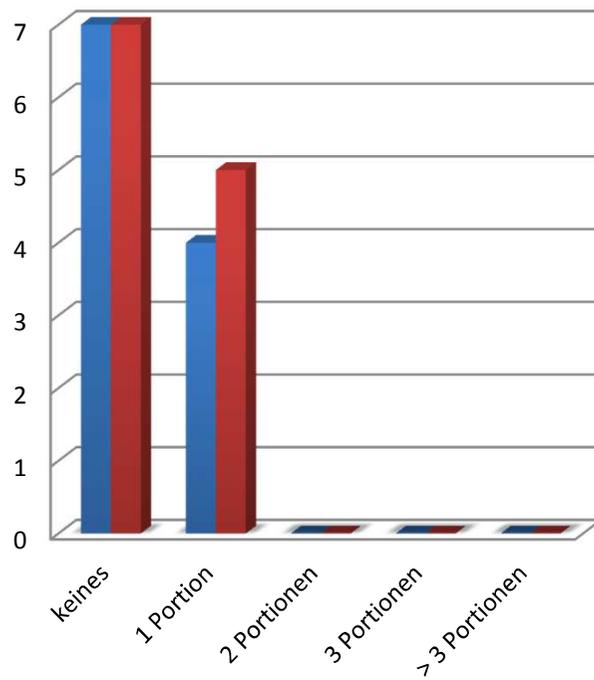


# Gemüse/Tag

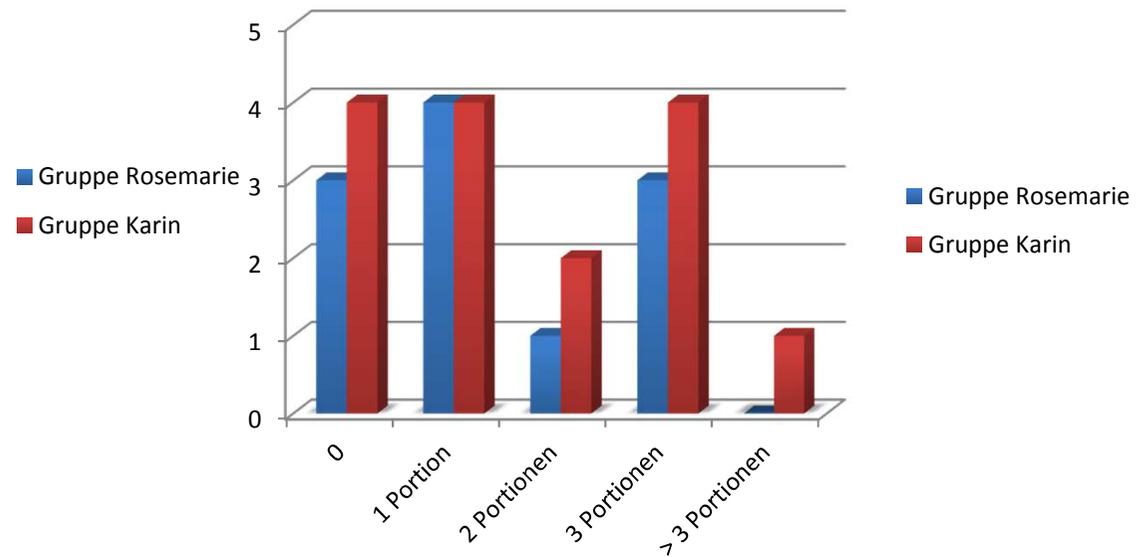


gutessen consulting

## PMS



## AHS



# Chancengleichheit?

---



gutessen consulting

Woher kommen Unterschiede?

Wie können Gesundheitsförderungsprojekte ausgleichend wirken?

# Was beeinflusst das Essverhalten?



gutessen consulting



# Schulfruchtprogramm



gutessen consulting



Gutessen/Geißl

Wiener Jause  
Förderung: FGÖ, WIG

## „Wiener Jause“

an allen Volksschulen in Wien Brigittenau

### Schwerpunkte

1. Wasser trinken
2. Schulfruchtprogramm
3. Verbesserung der Schuljause

2x/Woche Bio-Obst  
und Bio-Gemüse  
kostenlos für  
alle SchülerInnen



# Warum Schulfrüchte?



gutessen consulting

**IST:** 83% verzehrten zu  
Projektbeginn in der Schule  
weder Obst noch Gemüse

**SOLL:** 5



am Tag



*Gutessen/Geßl*

# Was Kinder (nicht) essen!



gutessen consulting



Gutessen/Geßl

Ein Haupteinflussfaktor:  
die **Verfügbarkeit!**



Formanek/Gebhard, Ja! Natürlich

# KENNEN ist die Voraussetzung für MÖGEN

---



gutessen consulting



Gutessen/Geißl

**Gewohnheit prägt  
Geschmacksvorlieben!**



# Ernährungsbildung



gutessen consulting

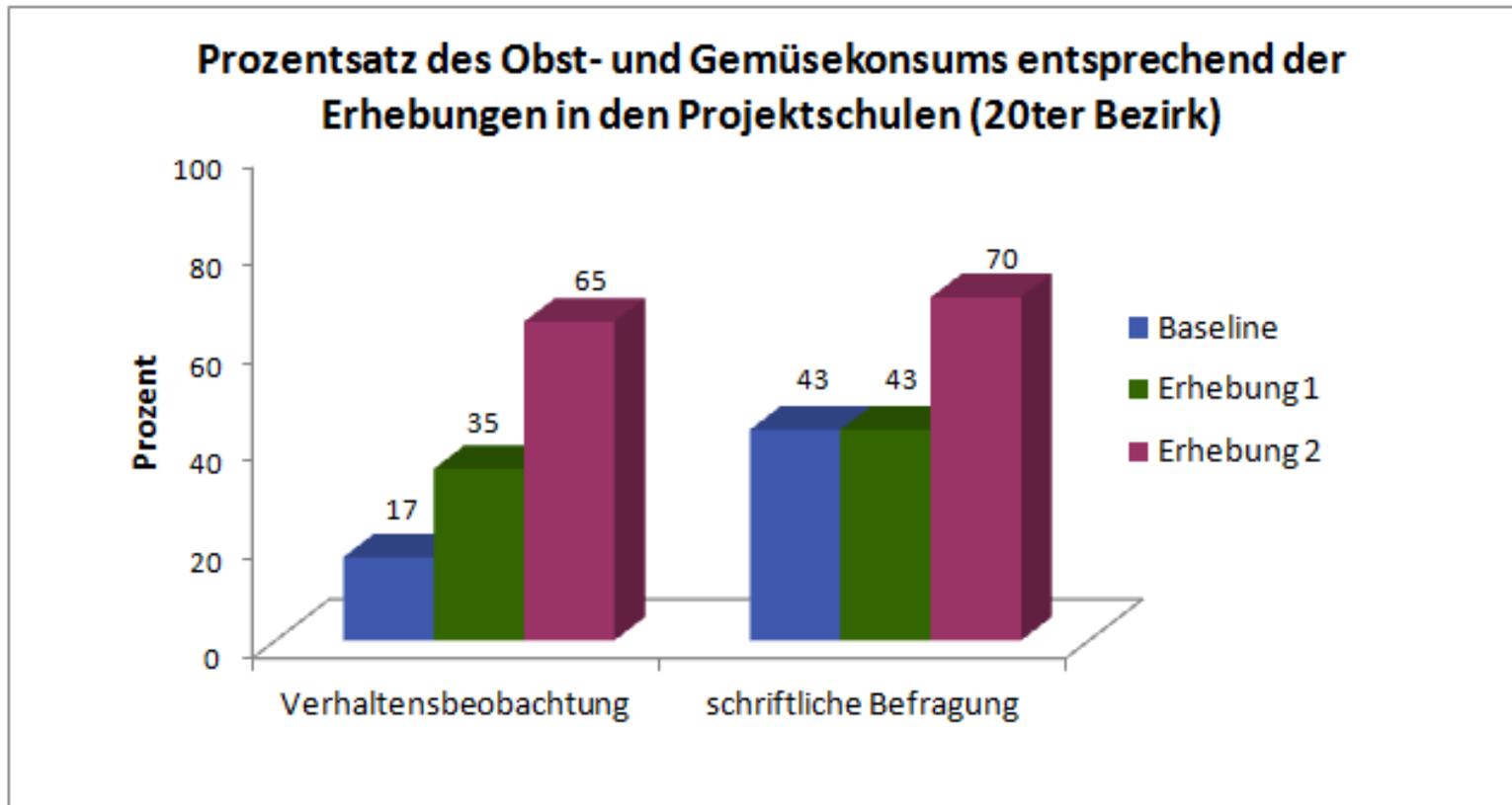


*Gutessen/Geßl*

# Nach 1,5 Jahren...



gutessen consulting



Evaluation, 2012: Ludwig Boltzmann Institut für Gesundheitsförderungsforschung

# Längerfristig...

---



gutessen consulting

## **Aktuelle norwegische Studie:**

- **Schulfruchtprogramm erhöht den Obst- und Gemüsekonsum (bei kostenlosen Programmen und bei Programmen mit Elternbeteiligung)**

## **Frage: Werden andere Lebensmittel durch Obst/Gemüse verdrängt?**

- **Schulfruchtprogramme vermindert den „Junk Food“-Konsum (Limos, Süßigkeiten, Chips) der Schüler.**
- **Kinder aus benachteiligten Haushalten profitieren am meisten**

Nina Cecilie Øverby, Knut-Inge Klepp, and Elling Bere: Introduction of a school fruit program is associated with reduced frequency of consumption of unhealthy snacks; Am J Clin Nutr 2012 96: 1100-1103;

**Schulfruchtprogramme amortisieren sich, wenn 10% den tägl. Obst- und Gemüseverzehr dauerhaft um 25g/d steigern.** Kaiser, Schönberger, 2009

# Angebote an Schulen für alle!

- ohne Ausgrenzung
- ohne "Spezialbehandlung"



Prägung von Konsum-  
gewohnheiten



Gesundheitsförderndes  
Essverhalten



gutessen consulting



**! Kontinuität statt „Verteilaktionen“**



gutessen consulting



**Information:**

[Rosemarie.zehetgruber@gutessen.at](mailto:Rosemarie.zehetgruber@gutessen.at)