



Evaluation

MehrWert für Körper und Geist

31. Mai 2012

MATTHIAS MATHIS

VERENA FOLIE

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-------|--|----|
| 1. | Tabellenverzeichnis | 3 |
| 2. | Abbildungsverzeichnis..... | 4 |
| 3. | Ausgangslage..... | 5 |
| 4. | Methodik und Bezugsgruppen..... | 5 |
| 5. | Allgemeines zum Projekt MehrWert | 7 |
| 5.1. | Ernährung | 7 |
| 5.2. | Bewegung..... | 8 |
| 5.3. | Suchtmittel..... | 10 |
| 5.4. | Sozialkompetenz | 11 |
| 5.5. | MehrWert außerhalb der LBS Lochau | 13 |
| 6. | Antworten auf die Fragestellungen..... | 16 |
| 6.1. | Ist Gesundheitsförderung im Lehr- und Lernzielkatalog verankert? | 16 |
| 6.2. | Ist Gesundheitsförderung im praktischen Unterricht verankert?..... | 16 |
| 6.3. | Werden die aktuellen ernährungswissenschaftlichen Kriterien im praktischen Unterricht berücksichtigt?..... | 18 |
| 6.4. | Arbeiten alle Betroffenen aktiv am Projekt mit? | 18 |
| 6.5. | Werden die Gesundheitszirkel ausreichend genutzt? | 19 |
| 6.6. | Wurden Weiterbildungen im Bereich der Gesundheitsförderung besucht? | 19 |
| 6.7. | Wurden die Weiterbildungen in den Alltag integriert? | 20 |
| 6.8. | Werden in der Internatsküche 40% biologische und 80% regionale Lebensmittel verwendet? | 20 |
| 6.9. | Entspricht die Menüplanung den aktuellen ernährungswissenschaftlichen Kriterien? | 21 |
| 6.10. | Werden die „gesunden“ Rezepte ausreichend verbreitet? | 24 |
| 6.11. | Wurde der Speisesaal in einen Wohlfühlbereich umgestaltet?..... | 25 |
| 6.12. | Ist die Internatsküche in der Lage, täglich gesunde Speisen anzubieten?..... | 26 |
| 6.13. | Wurde das bewegte Klassenzimmer regelmäßig durchgeführt? | 27 |
| 6.14. | Nahmen alle SchülerInnen regelmäßig am bewegten Klassenzimmer teil?..... | 27 |
| 6.15. | Wurde eine Netzwerk-Datenbank mit speziellen Freizeit- und Weiterbildungsangeboten für SchülerInnen erstellt und gewartet? | 28 |
| 6.16. | Wird diese Datenbank von den SchülerInnen genutzt?..... | 30 |
| 6.17. | Werden die Freizeit- und Weiterbildungsangebote von den SchülerInnen ausreichend genutzt? | 30 |
| 6.18. | Ist die Gewaltbereitschaft unter den Jugendlichen gesunken? | 34 |
| 6.19. | Ist der Suchtmittelkonsum unter den Jugendlichen gesunken? | 35 |
| 7. | Allgemeines zum Projekt..... | 36 |
| 8. | Fazit..... | 39 |

Tabellenverzeichnis

- Tabelle 1: Matrix Methoden x Bezugsgruppen
- Tabelle 2: Speisen für Kinder, Mehrfachantwort möglich
- Tabelle 3: Umstellung des Unterrichts, Befragung Lehrpersonen, MZP 1
- Tabelle 4: Umstellung des Unterrichts, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 5: Ernährungswiss. Erkenntnisse im Unterricht Befragung Lehrpersonen MZP 2
- Tabelle 6: Aktivität der Lehrpersonen, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 7: Aussagen zum Projekt, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 8: Liste der Lieferanten Bio-Produkte und Regionale Naturprodukte
- Tabelle 9: Umgestaltung des Speisesaals, Befragung LehrerInnen, MZP 2
- Tabelle 10: bewegtes Klassenzimmer, Befragung Lehrpersonen, n=18
- Tabelle 11: Anzahl an Aktivitäten des Projekts
- Tabelle 12: Freizeit- und Weiterbildungsangebot, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 13: Gewaltbereitschaft, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 14: Suchtmittelkonsum der SchülerInnen, Befragung LehrerInnen, MZP 2
- Tabelle 15: Ausschöpfung des Projekts in Prozent, Befragung Lehrpersonen, MZP 1
- Tabelle 16: Ausschöpfung des Projekts in Prozent, Befragung Lehrpersonen, MZP 2
- Tabelle 17: Übereinstimmung der Erwartungen der LehrerInnen an das Projekt mit den Erfahrungen, MZP 2
- Tabelle 18: Zufriedenheit der LehrerInnen mit dem Projekt MehrWert, MZP 2

Abbildungsverzeichnis

- Abbildung 1: SchülerInnen achten auf eine gesunde Ernährung, MZP 3
- Abbildung 2: SchülerInnen verwenden auch privat regionale und saisonale Produkte, MZP 3
- Abbildung 3: SchülerInnen haben ihr Ernährungsverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3
- Abbildung 4: SchülerInnen machen regelmäßig Sport (mind. 1x/Woche), MZP 3
- Abbildung 5: SchülerInnen halten sich selbst für körperlich fit, MZP 3
- Abbildung 6: SchülerInnen sind bereit, etwas für ihren Körper zu tun, MZP 3
- Abbildung 7: SchülerInnen bewegen sich seit dem Projekt MehrWert mehr, MZP 3
- Abbildung 8: SchülerInnen Anzahl der Zigaretten pro Tag, MZP 3
- Abbildung 9: SchülerInnen Anzahl des Alkoholkonsums, MZP 3
- Abbildung 10: SchülerInnen haben ihr Suchtverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3
- Abbildung 11: SchülerInnen Verhalten untereinander Kollegialität, MZP 3
- Abbildung 12: SchülerInnen Verhalten untereinander Aggressivität, MZP 3
- Abbildung 13: SchülerInnen Verhalten in Konflikten während Projekt MehrWert verändert, MZP 3
- Abbildung 14: Nutzung Erwachsenengerichte als Kinderportion
- Abbildung 15: Wechsel der Gerichte der Kinderkarte
- Abbildung 16: SchülerInnen bemerkt, dass das Projekt im praktischen Unterricht eingebaut ist, MZP 3
- Abbildung 17: Beispiel eines Menüplans
- Abbildung 18: SchülerInnen Veränderungen in der Internatsküche bemerkt, MZP 3
- Abbildung 19: SchülerInnen nehmen vermehrt zuckerarme/-freie Getränke zu sich, MZP 3
- Abbildung 20: Titelblatt des Kochbuchs MehrWert
- Abbildung 21: SchülerInnen Atmosphäre im Speisesaal, MZP 3
- Abbildung 22: Beispielplan Bewegtes Klassenzimmer
- Abbildung 23: Ankündigung von Freizeit- und Weiterbildungsangeboten
- Abbildung 24: Lehrgangsplanung der Aktivitäten des Lehrgangs 4/2012
- Abbildung 25: SchülerInnen gehen anders mit Konflikten um, MZP 3
- Abbildung 26: SchülerInnen haben ihr Suchtverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3
- Abbildung 27: SchülerInnen Transfer zum Ausbildungsbetrieb, MZP 3
- Abbildung 28: SchülerInnen Sinnhaftigkeit des Projekts, MZP 3
- Abbildung 29: SchülerInnen soll das Projekt beibehalten werden, MZP 3

1. Ausgangslage

Das Projekt MehrWert für Körper und Geist ist ein 3-jähriges, umfassendes Projekt zur Gesundheitsförderung in der Landesberufsschule (LBS) für das Gastgewerbe Lochau. Die SchülerInnen an der LBS Lochau besuchen für 8 Wochen pro Jahr die Berufsschule, in der restlichen Zeit werden sie in ihren Ausbildungsbetrieben vor allem in der praktischen Arbeit ausgearbeitet. Aus diesem Grund bieten sich die SchülerInnen als Multiplikatoren an, welche die Grundsätze der Gesundheitsförderung aus der Schule in ihren Arbeitsalltag in den Gastbetrieben und somit auch an die Bevölkerung als Gäste in diesen Gastronomiebetrieben weitertragen.

Im Projekt MehrWert für Körper und Geist wird Gesundheit im Sinne des bio-psycho-sozialen Gesundheitsbegriffs gesehen, folgende Bereiche werden im Projekt aufgegriffen:

- └ Ernährung
- └ Bewegung
- └ Sozialkompetenz
- └ Suchtverhalten

Diese Bereiche werden in den Schulalltag, den Unterricht, die Internatsküche sowie den Freizeitbereich der Jugendlichen integriert.

Der Schlussbericht des Projekts MehrWert für Körper und Geist beantwortet die zu Beginn vereinbarten Fragestellungen und zeigt Veränderungen im Laufe des Projekts auf. Da die Dauer von 3 Jahren im Gesundheitsbereich eine sehr kurze Zeit ist und die SchülerInnen der LBS Lochau pro Jahr nur 8 Wochen an der Schule verbringen, können keine hohen Erwartungen an Änderungen des Verhaltens gemacht werden. Umso bemerkenswerter sind festgestellte Veränderungen. Das Projekt wird als Anstoß gesehen, die Wirkungen (im engeren Sinne) zeigen sich jedoch erst im Laufe der nächsten Jahre.

2. Methodik und Bezugsgruppen

Bei der Evaluation des Projekts MehrWert für Körper und Geist in der LBS Lochau wurde ein Methodenmix aus quantitativen und qualitativen Methoden verwendet. In der Folge sind die Methoden sowie die befragten Bezugsgruppen näher beschrieben.

SchülerInnen:

Zu drei Messzeitpunkten (Beginn - Mitte - Ende Projekt) wurden jeweils 2 bzw. 3 Lehrgänge pro Jahrgang (insgesamt 7 Lehrgänge) mittels Online-Fragebogen befragt. Zu den ersten zwei Messzeitpunkten wurden die Mails mit dem Link zum Online-Fragebogen zu Beginn des Lehrgangs von PH-7 direkt an die SchülerInnen verschickt und von den LehrerInnen aktiv beworben. Die Befragung zum dritten Messzeitpunkt wurde aus organisatorischen Gründen zum Ende des Lehrgangs direkt von der LBS Lochau an die SchülerInnen verschickt. Zum dritten Messzeitpunkt war der Rücklauf sehr gering, die Gründe hierfür könnten daran liegen, dass zum Ende des Lehrgangs die Verbindlichkeit der SchülerInnen nicht mehr so hoch sind wie zu Beginn (Noten bereits festgelegt).

LehrerInnen:

Diese wurden zu zwei Messzeitpunkten (Mitte - Ende Projekt) mittels Papier-Fragebogen befragt. Die Fragebögen wurden von Wolfgang Ponier jeweils im Rahmen einer gemeinsamen Sitzung ausgeteilt und gesammelt an PH-7 retourniert.

Schlüsselpersonen:

Mit den Schlüsselpersonen des Projekts - Wolfgang Ponier, Gerald Kerber und Mag. Angelika Stöckler - fanden regelmäßig Gespräche statt. Somit war Zeit für Nachfragen, die Planung der weiteren Befragungen und die Klärung von Ungereimtheiten in den Ergebnissen.

Gastronomiebetriebe:

Alle Vorarlberger Gastronomiebetriebe wurden von der Wirtschaftskammer Vorarlberg mit dem Link zum Online-Fragebogen angeschrieben. Da dieser Aufforderung nur wenige Betriebe gefolgt sind, machten die SchülerInnen der LBS Lochau in ihren Betrieben Werbung für den Fragebogen. Somit sind in den Ergebnissen überproportional stark Betriebe vertreten, die Lehrlinge ausbilden. Da dies in zweiter Linie nach den SchülerInnen die Zielgruppe des Projekt MehrWert ist, tut dies der Qualität der Ergebnisse keinen Abbruch.

Dokumentenanalyse:

Die an der LBS Lochau vorhandenen Dokumente wie z.B. die Abrechnung der Lebensmittel wurden ebenfalls in die Evaluation mit einbezogen.

Begehungen:

Die Termine für Besprechungen in der LBS Lochau gaben PH-7 die Gelegenheit, sich persönlich von Veränderungen an der Schule zu überzeugen, so z.B. die Gemeinschaftsverpflegung, die MehrWert-Ecke und der Bildschirm zum Projekt im Eingangsfoyer.

Tabelle 1: Matrix Methoden x Bezugsgruppen

| | Online-FB | Papier-FB | Interviews | Dok.-Analyse |
|----------------------|-----------|-----------|------------|--------------|
| LehrerInnen | | x | | |
| SchülerInnen | x | | | |
| Schlüsselpersonen | | | x | |
| Gastronomiebetriebe | x | | | |
| vorhandene Dokumente | | | | x |

3. Allgemeines zum Projekt MehrWert

3.1. Ernährung

Zu Beginn des Projekts bereits zeigt sich, dass die SchülerInnen aller befragten Lehrgänge keine Auffälligkeiten im Bereich der eigenen Ernährung zeigen. 54,4% hören auf zu essen wenn sie satt sind, teilen kaum Lebensmittel in erlaubt und unerlaubt ein (4,6%) und kochen auch für sich alleine (66,9%). Etwas mehr als die Hälfte (53,6%) isst zwar unregelmäßig, jedoch haben Stress oder Langeweile kaum Einfluss auf die Menge des Essens. Es gibt nur einzelne SchülerInnen, die genau darauf achten, wie sie sich ernähren.

Die SchülerInnen zeigen großes Interesse daran, wie man sich gesund, schnell und schmackhaft ernähren kann. Auch das Thema Gewicht spielt dabei eine Rolle.

Weiters wurden die BMI-Werte aller befragten SchülerInnen errechnet (siehe Zwischenberichte). Dabei zeigen sich keine Unterschiede zur Normalbevölkerung.

In der Befragung zum Ende des Projekts zeigt sich, dass mehr als die Hälfte der befragten SchülerInnen (56,6%) auf eine ausgewogene Ernährung achtet (vgl. Abbildung 1).

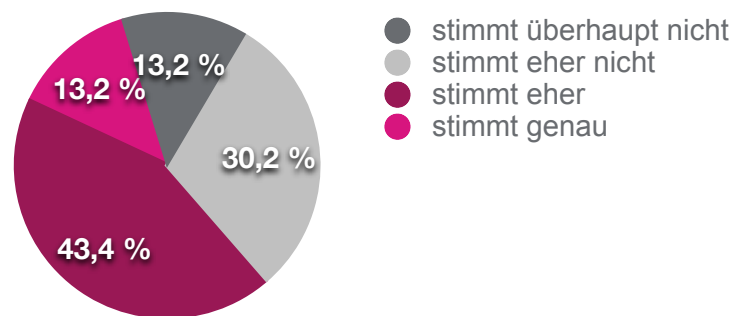


Abbildung 1: SchülerInnen achten auf eine gesunde Ernährung, MZP 3

Auffällig im positiven Sinne ist, dass 68% der SchülerInnen angeben, auch privat regionale und saisonale Produkte zu verwenden (vgl. Abbildung 2).

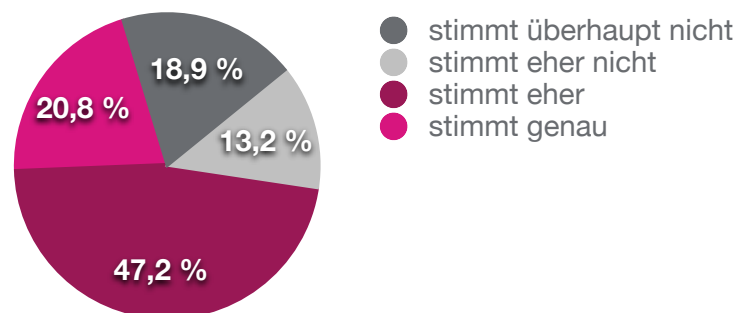


Abbildung 2: SchülerInnen verwenden auch privat regionale und saisonale Produkte, MZP 3

Befragt man die SchülerInnen nach den Veränderungen in ihrem Verhalten bzgl. Ernährung seit Beginn des Projekts MehrWert, so geben 12,5% an, dass sie ihr Ernährungsverhalten verändert haben (vgl. Abbildung 3). Diese Veränderung ist bemerkenswert, da un-

ter den verbleibenden 87,5% auch SchülerInnen sind, die sich bereits vor Projektbeginn gesund ernährt haben. Auch nach Projektende wird das Projekt nachwirken, Veränderungen im Projektzeitraum zeigen noch keine langfristigen Änderungen auf.

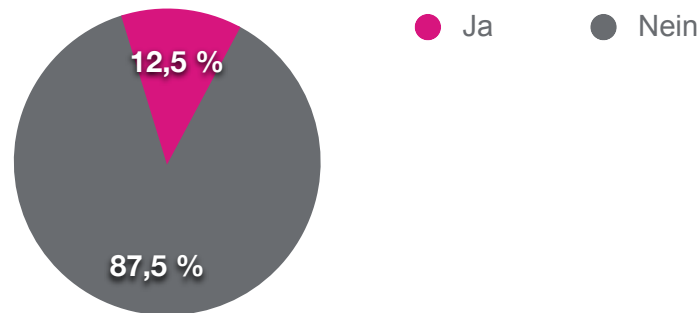


Abbildung 3: SchülerInnen haben ihr Ernährungsverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3

3.2. Bewegung

Bewegung ist bei den SchülerInnen der Landesberufsschule Lochau zu Beginn des Projekts wenig in den Alltag integriert. Fast die Hälfte der SchülerInnen (44,84%) nimmt z.B. lieber den Lift als die Treppe.

In allen Lehrgängen sagten ca. 3/4 der SchülerInnen, dass ihnen körperliche Attraktivität wichtig ist und 90% aller SchülerInnen sagten, dass sie bereit sind, etwas für ihren Körper zu tun. 47,4% der Schülerinnen machten zu Beginn des Projekts regelmäßig (mind. 1x/Woche) Sport.

Zur Erholung geben die SchülerInnen aller Lehrgänge an, dass dies am Besten beim Fortgehen (87,5%) sowie beim Spazierengehen (74,7%) möglich ist. Auch beim Fernsehen (67%) erholen sich die SchülerInnen.

Im Vergleich zu den vorangegangenen Befragungen zeigt sich, dass zum Ende des Projekts mehr als die Hälfte der SchülerInnen (56,6%) angeben, regelmäßig d.h. mindestens einmal pro Woche Sport zu betreiben (vgl. Abbildung 4).

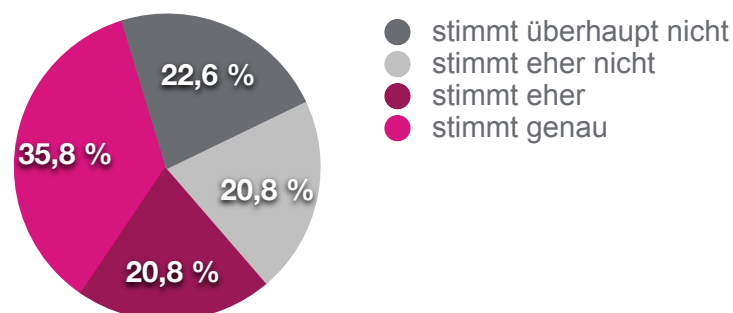


Abbildung 4: SchülerInnen machen regelmäßig Sport (mind. 1x/Woche), MZP 3

Ebenfalls auffällig ist in diesem Zusammenhang, dass 71,7% der befragten SchülerInnen angeben, dass sie sich selbst für körperlich fit halten (vgl. Abbildung 5). Dieser Wert lag zu Beginn des Projekts bei 60,5%. Die subjektive körperliche Fitness der SchülerInnen ist demnach gestiegen.

Aufgrund des gewählten Studiendesigns (ohne Vergleichsgruppe) lässt sich nicht feststellen, ob dieser Anstieg im Bereich Bewegung ursächlich auf das Projekt MehrWert für Körper und Geist zurück zu führen ist. Es kann jedoch gesagt werden, dass dies zeitgleich stattgefunden hat und somit in einer logischen Schlussfolgerung von einer kausalen Kette ausgegangen werden kann.

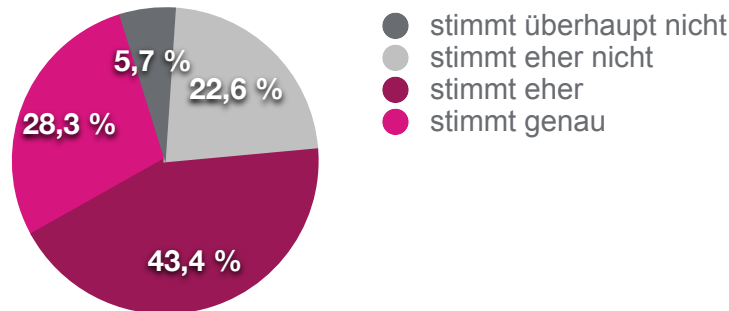


Abbildung 5: SchülerInnen halten sich selbst für körperlich fit, MZP 3

Voraussetzung für diese erfreulichen Ergebnisse ist die Bereitschaft der SchülerInnen, den gesamten Projektzeitraum durch etwas für ihren Körper zu tun. Zum Ende des Projekts gaben dies 88,5% der SchülerInnen an, dass diese Bereitschaft besteht (vgl. Abbildung 6).

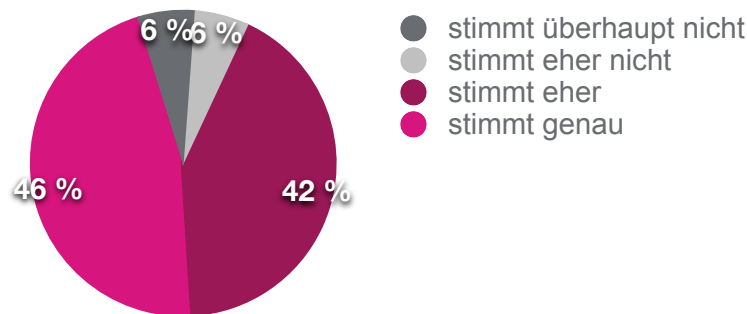


Abbildung 6: SchülerInnen sind bereit, etwas für ihren Körper zu tun, MZP 3

Weiters wurden die SchülerInnen nach den Veränderungen seit dem Projekt MehrWert befragt. So gaben 12,2% der SchülerInnen an, dass sie sich seit dem Projekt mehr bewegen als davor (vgl. Abbildung 7). Dies darf als Erfolg betrachtet werden, so konnten in den jeweils 8 Wochen Berufsschule bereits Veränderungen verzeichnet werden.

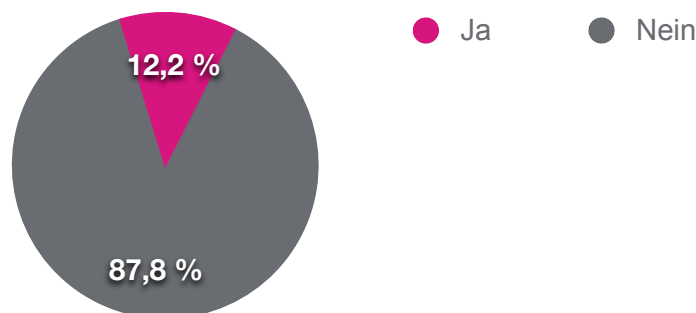


Abbildung 7: SchülerInnen bewegen sich seit dem Projekt MehrWert mehr, MZP 3

3.3. Suchtmittel

Der Bereich Suchtmittel teilt sich in die drei Bereiche Rauchen, Alkohol und illegale Drogen ein.

Zu Beginn sowie in der Mitte des Projekts waren im Schnitt mehr als die Hälfte der SchülerInnen der Landesberufsschule Lochau RaucherInnen (57%). Verglichen mit den Daten der Statistik Austria von 2006/07 rauchen in der Landesberufsschule Lochau mehr Jugendliche als im österreichischen Durchschnitt (15 - unter 30-jährige: 47,7% RaucherInnen).

Interessanterweise bezeichneten sich zum 3. Messzeitpunkt lediglich 9,8% der SchülerInnen als Nichtraucher (vgl. Abbildung 8). Eine mögliche Erklärung hierfür könnte in der sehr geringen Teilnahme der SchülerInnen an der Befragung ($n=x$) sein. Auch merkte Wolfgang Ponier an, dass in manchen Lehrgängen auffällig viele RaucherInnen wären. Unter Umständen wurden zwei Lehrgänge befragt, bei denen besonders viele RaucherInnen waren.

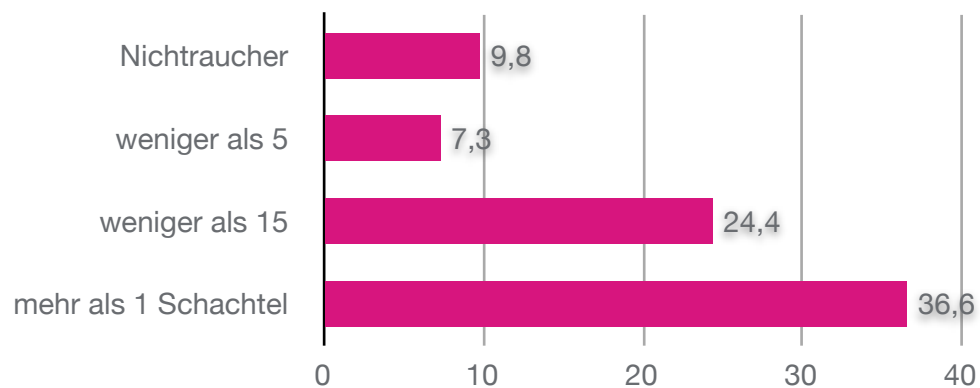


Abbildung 8: SchülerInnen Anzahl der Zigaretten pro Tag, MZP 3

Im Bereich Alkohol gaben zum ersten Messzeitpunkt die SchülerInnen an, dass sie regelmäßig bis manchmal Mischgetränke (57,3%, z.B. Whiskey-Cola) oder Bier (53,7%) konsumieren, wobei diese Werte in den einzelnen Lehrgängen sehr unterschiedlich sind. Vom Alkohol erhoffen sie, lustiger und kommunikativer zu werden. Die SchülerInnen geben nur vereinzelt an, negative Folgen wie z.B. Kopfweh gehabt zu haben. Dennoch gaben 65% der SchülerInnen an, schon einmal bereit zu haben, Alkohol getrunken zu haben.

Zum Ende des Projekt hab etwas mehr als ein Drittel (36,6%) der SchülerInnen an, einmal pro Woche Alkohol zu trinken, etwa ein Viertel (24,4%) einmal pro Monat. Lediglich 4,9% gab an, dass sie täglich Alkohol trinken (vgl. Abbildung 9).

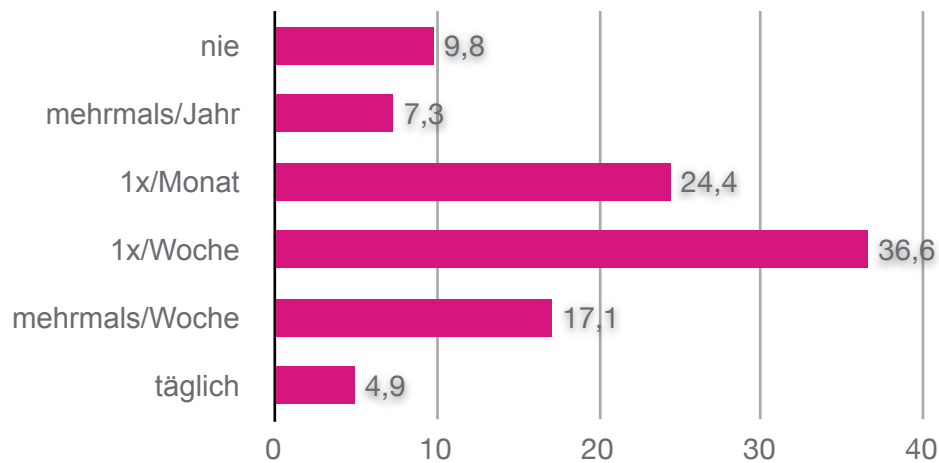


Abbildung 9: SchülerInnen Anzahl des Alkoholkonsums, MZP 3

Die Befragung zu den illegalen Drogen spiegeln das Bild der Gesamtbevölkerung wider. So wurde Cannabis von einem Viertel bis der Hälfte der SchülerInnen - je nach Lehrgang - schon einmal ausprobiert und wird von einzelnen SchülerInnen regelmäßig konsumiert. Die anderen illegalen Drogen wurden vereinzelt von SchülerInnen ausprobiert. Keine/r der SchülerInnen gibt an, sich selbst als süchtig einzuschätzen.

Befragt man die SchülerInnen nach den Veränderungen, so geben 12,8% an, dass sie ihr Suchtverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert haben (vgl. Abbildung 10). Auch in diesem Bereich kann somit ein positives Resümee gezogen werden. Anderen erleichtern möglicherweise die im Projekt MehrWert gemachten Erfahrungen, in Zukunft mit dem Rauchen aufzuhören oder einen maßvollen und überlegten Umgang mit Alkohol.

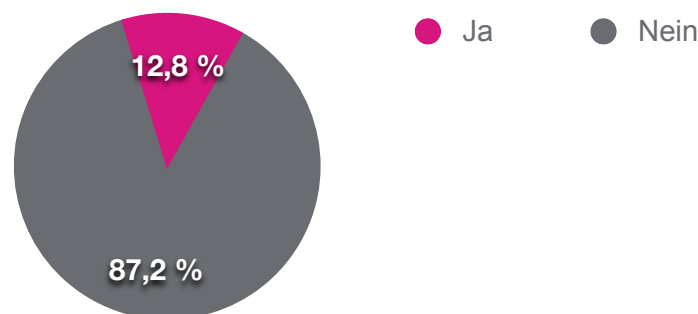


Abbildung 10: SchülerInnen haben ihr Suchtverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3

3.4. Sozialkompetenz

In den Befragungen zu Beginn des Projekts wurde deutlich, dass die SchülerInnen körperliche Gewalt und die Androhung derselbigen stärker als Aggression bzw. Gewalt sehen als psychische Gewalt. Bei genauerer Nachfrage ergeben sich sehr starke individuelle Unterschiede bei den SchülerInnen, die Streuung in diesem Bereich ist sehr groß, ebenso wie bei der Wahrnehmung der Häufigkeit des Vorkommens. So gibt es in allen genannten Beispielen (von „leichter“ bis „schwerer“ Gewalt) SchülerInnen, die dieses Beispiel täglich in der Schule beobachten sowie SchülerInnen, die dies nie beobachten.

Zum Ende des Projekts gaben die SchülerInnen die Kollegialität untereinander im mittleren bis kollegialen Bereich an in einer rechtssteilen Kurve (vgl. Abbildung 11).

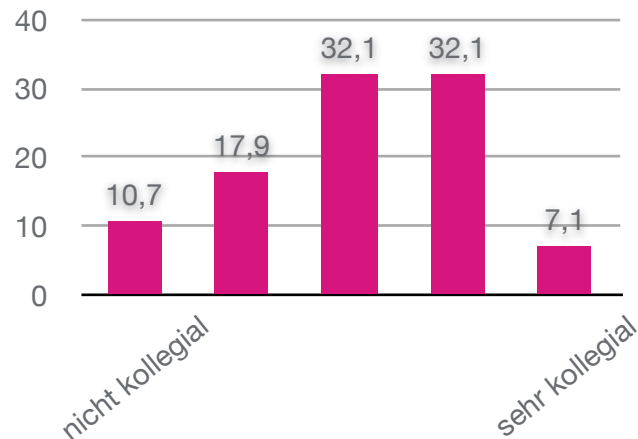


Abbildung 11: SchülerInnen Verhalten untereinander Kollegialität, MZP 3

Die Aggressivität der SchülerInnen untereinander bewerten diese zum Ende des Projekts im mittleren bis aggressiven Bereich in einer tendenziell rechtssteilen Kurve Richtung Aggressivität (vgl. Abbildung 12). Veränderungen in den Bereichen Kollegialität und Aggressivität sind aufgrund des kurzen Zeitrahmens von 3 Jahren kaum wahrnehmbar.

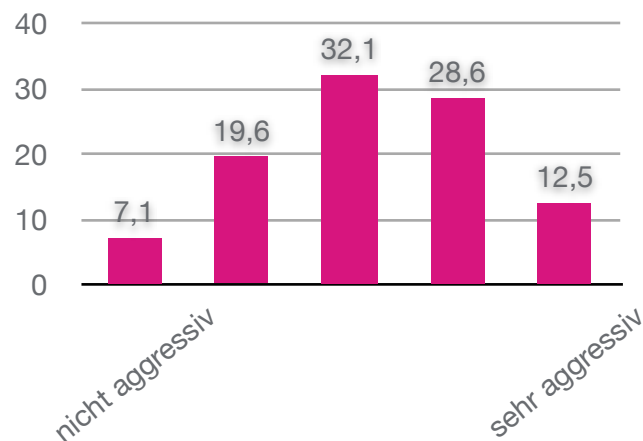


Abbildung 12: SchülerInnen Verhalten untereinander Aggressivität, MZP 3

Dennoch geben 20,5% der befragten SchülerInnen an, dass sie seit Beginn des Projekts anders mit Konflikten umgehen als vorher (vgl. Abbildung 13). Somit zeigt sich, dass besonders im Sozialverhalten Veränderungen bei den SchülerInnen gemacht wurden und hier ein großer Erfolg erzielt werden konnte.

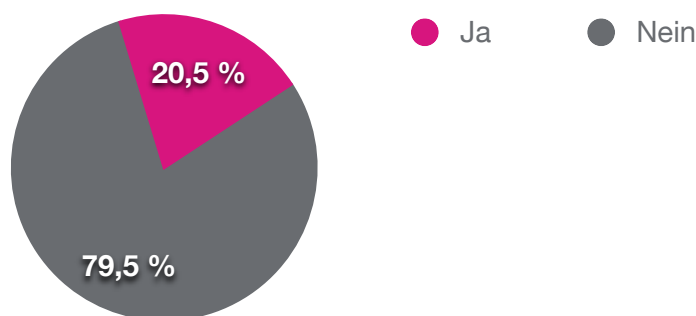


Abbildung 13: SchülerInnen Verhalten in Konflikten während Projekt MehrWert verändert, MZP 3

3.5. MehrWert außerhalb der LBS Lochau

Im Herbst 2011 stellte sich das Projekt MehrWert im Rahmen der Herbstmesse Dornbirn vor. Bei einem Kochwettbewerb mit prominenter Besetzung wurde das Projekt MehrWert der Öffentlichkeit vorgestellt und fand breiten Anklang.

Im Zusammenhang mit diesem Projekt wurden die Vorarlberger Gastronomiebetriebe auch mit Hilfe der Wirtschaftskammer Vorarlberg befragt.

Insgesamt wurden 1021 Betriebe von der Wirtschaftskammer Vorarlberg per E-Mail angeschrieben, von denen 302 Betriebe das Mail auch gelesen haben. Davon beantworteten 129 Betriebe den Fragebogen. Geographisch sind die Betriebe auf ganz Vorarlberg verteilt. Sie haben zwischen 30 und 600 Sitzplätzen. Der Zentralwert (Median) liegt hierbei bei 105 Sitzplätzen, die mittleren 50% bei 70 bis 150 Sitzplätzen. Die meisten der befragten Betriebe ordnen sich selbst der Kategorie Hotel (38,3%) oder Restaurant (28,4%) zu.

91,3 % der befragten Betriebe gaben an, dass sie in ihrem Betrieb Lehrlinge ausbilden. Die befragten Betriebe beschäftigen zwischen 1 und 13 gelernten MitarbeiterInnen und zwischen 1 und 5 ungelernte Hilfskräfte.

Im Großteil der befragten Betriebe gibt es Speisen für Kinder, lediglich 8,7% bieten keine eigenen Gerichte für Kinder an (Tabelle 2, Mehrfachantwort möglich).

Tabelle 2: Speisen für Kinder, Mehrfachantwort möglich

| | |
|---|--------|
| Wir haben eine eigene Kinderkarte | 49,6 % |
| Die Kinderkarte ist Teil der Speisekarte | 33,9 % |
| Wir bieten Erwachsenengerichte als Kinderportion an (Vorarlberg isst...Mahlzeit Kinder) | 33,9 % |
| Nein, wir bieten keine Speisen speziell für Kinder an | 8,7 % |

Das Angebot der Erwachsenengerichte als Kinderportion wird in der Praxis nicht sehr oft genutzt, so geben 82 % der befragten Betriebe an, dass dieses Angebot sehr selten bis manchmal genutzt wird (vgl. Abbildung 14). Dieses Angebot wird von der Wirtschaftskammer Vorarlberg unter dem Titel „Vorarlberg isst...Mahlzeit Kinder!“ beworben. Erwachsenengerichte werden hierbei zum halben Preis als Kindergerichte angeboten.

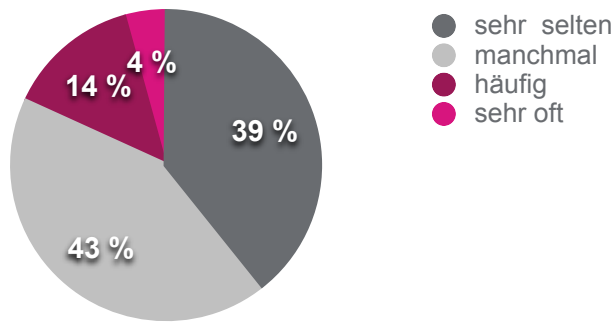


Abbildung 14: Nutzung Erwachsenengerichte als Kinderportion

Folgende 5 Gerichte wurden bei der Frage nach den Kindergerichten am Häufigsten genannt:

- └─ Schnitzel mit Pommes
- └─ Nudeln mit Sauce
- └─ Hühnernuggets
- └─ Fischstäbchen
- └─ Spätzle mit Sauce

Es wird deutlich, dass gewisse Gerichte in den meisten Betrieben standardmäßig auf der Speisekarte stehen. Dennoch ist dies alleine noch nicht aussagekräftig. Eine Durchmischung von „Standard-“ und „gesunden“ Gerichten wäre wünschenswert. Dies wird zumindest in vielen Fällen versucht, so gaben 11 Betriebe Naturschnitzel (meist von der Pute) mit Reis und/oder Gemüse als Kindergericht an.

Das Beispiel folgender Kinderkarte zeigt, wie dieser Versuch in einem Betrieb umgesetzt wurde:

- └─ Flädlesuppe
- └─ Bunter gemischter Salatteller
- └─ Schmeinedaillons mit Rahmsauce, Erbsengemüse und Spätzle
- └─ Wiener Schnitzel mit Pommes frites
- └─ Bunter Würstelspieß mit Bratkartoffeln
- └─ Gebackene Hühnerwürfel mit Karotten und Reis
- └─ Spaghetti mit Tomatensauce und Parmesan
- └─ Käsenudeln mit Blattsalat
- └─ Eis Donald
- └─ Schokolade Nusskuchen mit Sahne
- └─ Marillenpalatschinken

Ebenfalls wird in vielen Betrieben der Versuch unternommen, die oftmals üblichen Pommes frites als Beilage von Schnitzel oder Fischstäbchen durch Kartoffeln, Gemüse oder Salat zu ersetzen.

In etwa 40% der befragten Betriebe wechseln die Gerichte der Kinderkarte nie, in knapp der Hälfte saisonal (vgl. Abbildung 15).

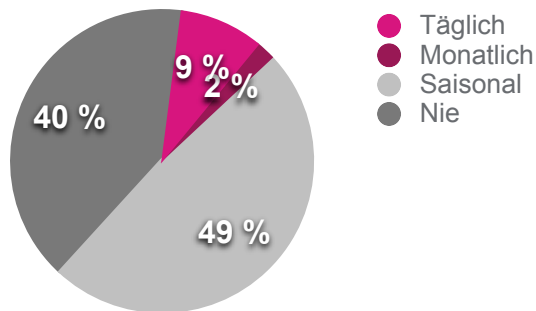


Abbildung 15: Wechsel der Gerichte der Kinderkarte

Mehr als die Hälfte der befragten Betriebe (57,9%) beschenken Kinder zum Abschied. Zumeist werden Süßigkeiten wie Lollies, Eis oder Fizzers verschenkt, aber auch Spielzeug wie Autos, Buntstifte oder kleine Plüschtiere. Sieben befragte Betriebe gaben sowohl Süßigkeiten als auch Spielzeug an, so dass es schlussendlich in der Verantwortung der Eltern liegen kann, welches Geschenk ihre Kinder erhalten.

Diese Befragung war vor allem im Sinne des Transfers des Projekts MehrWert in den Alltag und in die Gastronomiebetriebe wichtig. Einerseits wurden Daten erhoben, wie die derzeitige Situation in den Betrieben ist sowie deren Bereitschaft zur gesunden Ernährung. Andererseits ist diese Befragung als Marketingaktion für das Projekt MehrWert zu sehen, da somit das Projekt nach außen getragen wurde an die gegenwärtigen und zukünftigen ArbeitgeberInnen der SchülerInnen der LBS Lochau.

4. Antworten auf die Fragestellungen

4.1. Ist Gesundheitsförderung im Lehr- und Lernzielkatalog verankert?

Im Lehr- und Lernzielkatalog, welcher zu Beginn des Projekts bis Herbst 2010 gültig war, ist Gesundheitsförderung in allen Lehrberufen, die an der Landesberufsschule Lochau gelehrt werden, verankert. Die Lehr- und Lernzielkataloge gelten als Rahmen für die Lehre, die Durchführung der Inhalte liegt stark im Ermessen der Lehrkräfte.

Im Detail ist Gesundheitsförderung in folgenden Bereichen vertreten:

- Grundsätze des Lehrberufs allgemein
- Religionsunterricht
- Englisch
- Fachunterricht
- Kochen
- Unverbindliche Übungen - Bewegung

Zusätzlich zum allgemeinen Lehr- und Lernzielkatalog hat die Landesberufsschule Lochau für jedes Unterrichtsfach Lernziele definiert, die in den jeweiligen Schulstufen zu erreichen sind. So ist darin z.B. beschrieben, dass die SchülerInnen am Ende der ersten Klasse den Einfluss von Obst, Gemüse und Pilzen auf die Gesundheit kennen müssen oder wissen, warum Sojabohnen bei Vegetariern und Milcheiweißallergikern begehrt sind.

Seit Herbst 2010 gibt es an der Landesberufsschule Lochau einen neuen Lehrplan. Dabei werden die klassischen Unterrichtsstunden aufgelöst und die Unterrichtseinheiten thematisch gefasst. So kann es z.B. sein, dass zwei Lehrpersonen gleichzeitig eine Klasse unterrichten und das selbe Thema einerseits praktisch beim Kochen und andererseits in Englisch zur selben Zeit bearbeiten.

Im Gespräch mit Wolfgang Ponier zeigte sich, dass diese Art des Unterrichts für manche Lehrpersonen ungewohnt war, aber nach einer Eingewöhnungsphase gut angenommen wurde.

4.2. Ist Gesundheitsförderung im praktischen Unterricht verankert?

Im praktischen Unterricht wird das Thema Gesundheitsförderung ebenfalls behandelt. Dabei gibt es Lehrpersonen, welche dieses Thema sehr ausführlich behandeln und welche, die dieses Thema nur am Rande streifen.

Die Hälfte der Lehrpersonen hatte bereits in der Mitte des Projektes die Inhalte des Unterrichts (eher) umgestellt, die Hälfte eher nicht (vgl. Tabelle 3). Weiters gab die Mehrheit der Lehrpersonen an, dass ihnen der Transfer von der Theorie in die Praxis (eher) nicht schwerfällt, jedoch fällt dies 5 Personen eher schwer. Eine weitere Unterstützung dieser Lehrpersonen wäre sinnvoll.

Tabelle 3: Umstellung des Unterrichts, Befragung Lehrpersonen, MZP 1

| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|---|------------------------------|----------------------|----------------|-----------------|------------|
| Seit Beginn des Projekts habe ich meinen Unterricht umgestellt und an die Inhalte des Projekts angepasst. | 0 | 9 | 6 | 3 | 0 |
| Der Wissenstransfer von der Theorie in die Praxis zu den Inhalten des Projekts fällt mir schwer. | 7 | 5 | 5 | 0 | 0 |

Zum zweiten Messzeitpunkt am Ende des Projekts hat der Großteil der Lehrpersonen (11 von 15 Personen) den Unterricht umgestellt und lediglich einer Person fällt der Wissenstransfer von der Theorie in die Praxis auch zu Projektende noch eher schwer (vgl. Tabelle 4). Es zeigt sich in diesem Bereich eine deutliche Verbesserung über die Projektdauer. Die Lehrpersonen konnten bis zum Schluss weiter motiviert werden, am Projekt teilzunehmen.

Tabelle 4: Umstellung des Unterrichts, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|---|------------------------------|----------------------|----------------|-----------------|------------|
| Seit Beginn des Projekts habe ich meinen Unterricht umgestellt und an die Inhalte des Projekts angepasst. | 1 | 2 | 8 | 3 | 1 |
| Der Wissenstransfer von der Theorie in die Praxis zu den Inhalten des Projekts fällt mir schwer. | 8 | 6 | 1 | 0 | 0 |

Von den SchülerInnen gaben zum letzten Messzeitpunkt am Ende des Projekts lediglich 32,5% an, dass sie bemerkt haben, dass das Projekt im praktischen Unterricht eingebaut wurde (vgl. Abbildung 16). Von den derzeitigen SchülerInnen haben nur wenige die Zeit vor dem Projekt miterlebt. Somit zeigt diese Graphik, dass die Inhalte des Projekts mittlerweile so gut in den Unterricht integriert sind, dass die Unterscheidung zwischen regulärem Unterricht und Projekt für die SchülerInnen kaum mehr wahrnehmbar ist.

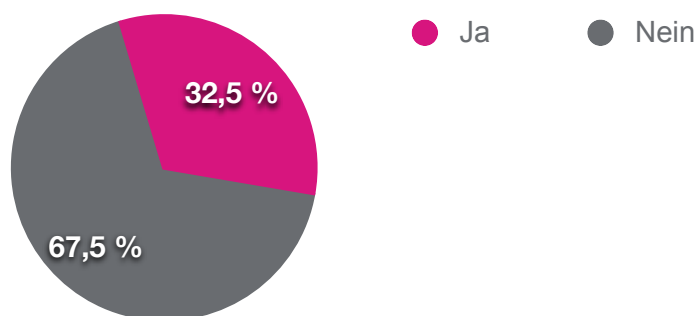


Abbildung 16: SchülerInnen bemerkt, dass das Projekt im praktischen Unterricht eingebaut ist, MZP 3

4.3. Werden die aktuellen ernährungswissenschaftlichen Kriterien im praktischen Unterricht berücksichtigt?

Bei der Befragung der Lehrpersonen stimmten zum zweiten Messzeitpunkt fast alle Lehrpersonen (11 von 14) der Aussage (eher) zu, dass die aktuellen ernährungswissenschaftlichen Kriterien im praktischen Unterricht berücksichtigt werden (vgl. Tabelle 5). Lediglich 2 Personen gaben an, dass dies eher nicht stimmt, eine Person weiß es nicht. Da an der Berufsschule Lochau nicht nur Fächer unterrichtet werden, in denen Ernährung Thema ist, sind diese Aussagen nachvollziehbar.

Tabelle 5: ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse im Unterricht, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|--|------------------------|-------------------|-------------|--------------|------------|
| Die aktuell gültigen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnisse fließen in meinen praktischen Unterricht ein. | 0 | 2 | 5 | 6 | 1 |

4.4. Arbeiten alle Betroffenen aktiv am Projekt mit?

Die Steuerungsgruppe des Projekts MehrWert besteht aus Lehrkörpern der Landesberufsschule Lochau sowie der Direktorin. Von diesen Personen wird das Projekt vorangetrieben und gesteuert. Während des Projektzeitraums ging Direktor Rüb in Pension, nach einer Übergangszeit wurde Andrea McGowan als neue Direktorin bestellt. Wolfgang Ponier bemühte sich um einen reibungslosen Übergang, so dass das Projekt MehrWert auch unter neuer Leitung sowie in der Übergangszeit weiterlaufen konnte. Die neue Direktorin Andrea McGowan steht voll und ganz hinter dem Projekt MehrWert.

Von den Lehrpersonen gaben zwei Drittel (10 von 15) an, dass sie (eher) aktiv im Projekt MehrWert mitgearbeitet haben (vgl. Tabelle 6).

Tabelle 6: Aktivität der Lehrpersonen, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| | passiv | eher pas- siv | eher aktiv | aktiv |
|--|--------|------------------|------------|-------|
| | 0 | 5 | 6 | 4 |

Dennoch steht der gesamte Lehrkörper hinter dem Projekt MehrWert für Körper und Geist, so geben alle befragten Lehrpersonen (vgl. Tabelle 7) an, dass sie das Projekt MehrWert für sinnvoll halten und ebenfalls alle Lehrpersonen haben das Projekt (eher) aktiv beworben.

Tabelle 7: Aussagen zum Projekt, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| | stimmt über- haupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|---|-----------------------------------|-------------------------|----------------|-----------------|---------------|
| Das Projekt MehrWERT ist nutzlos. | 13 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Das Projekt wurde von mir aktiv beworben. | 0 | 0 | 5 | 10 | 0 |

Auch das Verwaltungspersonal arbeitet aktiv am Projekt mit, da diese die Organisation und Koordination der Aktivitäten übernommen hat. Die Internatsküche hat sehr viele Änderungen in ihrer Arbeitsweise durchgeführt und arbeitet somit ebenfalls sehr intensiv am Projekt mit.

Die SchülerInnen nehmen ebenfalls sehr aktiv am Projekt teil. Da Vieles in den Unterricht direkt eingebaut wurde, kommen alle SchülerInnen der LBS Lochau mit dem Projekt MehrWert in Berührung.

4.5. Werden die Gesundheitszirkel ausreichend genutzt?

Ein kurzer Gesundheitszirkel wird regelmäßig im Rahmen der Schulgemeinschaftsausschusssitzung durchgeführt, welche zwei mal pro Lehrgang (8 Wochen) stattfindet.

4.6. Wurden Weiterbildungen im Bereich der Gesundheitsförderung besucht?

Zu Beginn des Projekts wurde das Team der Internatsküche von der Firma Essenszeit unterstützt, v.a. in der Gestaltung der Speisenzusammenstellung. Der Leiter der Internatsküche, Gerhard Kerber, reiste zu diesem Zweck nach Hannover für ein einwöchiges Praktikum in der Kantine der Firma Bahlsen.

Im Schuljahr 2009/10 absolvierte Gerhard Kerber ein weiteres Praktikum, diesmal im

Biohotel Chesa Valisa im Kleiwalsertal.

Außerdem nahm er im Mai 2010 an der Veranstaltung „Zukunft der Lebensmittel im Fokus“ der ibet Bregenz teil.

Jährliche Praktikumswochen zum Einblick in andere Küchen mit den Grundsätzen der Gesundheitsförderung sind auch nach Projektende geplant.

4.7. Wurden die Weiterbildungen in den Alltag integriert?

Die Vorschläge der Firma Essenszeit in der Internatsküche wurden sofort umgesetzt. Leider zeigte sich das Konzept der Firma Essenszeit für die Internatsküche nicht 1:1 umsetzbar. Die SchülerInnen äußerten ihre Unzufriedenheit, die Lehrpersonen zeigten Zweifel am Konzept und die Belastungen für das Küchenpersonal stiegen dadurch an. Aus diesem Grund wurden neue Grundwerte in der Küche erarbeitet, nach dem Motto „Gesunde Mahlzeiten, die Jugendlichen wirklich schmecken“.

Dieses Phänomen, dass ein funktionierendes Konzept nicht direkt übernommen werden kann, zeigt sich in der Gesundheitsförderung immer wieder. So ist es wichtig, ein Konzept an die jeweilige Situation und Zielgruppe entsprechend zu adaptieren.

Weiters wurde von Gerhard Kerber und Angelika Stöckler ein Kochseminar für das Küchenpersonal abgehalten. Dies beinhaltet neben gesunden Rezepten auch die neuen Grundsätze der Internatsküche.

Die Weiterbildungen wurden somit sehr gut in den Alltag integriert.

4.8. Werden in der Internatsküche 40% biologische und 80% regionale Lebensmittel verwendet?

Laut einem Gespräch mit Wolfgang Ponier war vor dem Projekt MehrWert für Körper und Geist der Anteil an biologischen Lebensmitteln sowie regionalen Naturprodukten zwischen 0% und 10%. Tabelle 8 zeigt die Steigerung der biologischen und regionalen Lebensmittel während des Projektverlaufs. Dabei wurde mit der Zeit deutlich, dass „Bio um jeden Preis“ nicht im Sinne der LBS Lochau ist. So können zwar z.B. Bio-Lebensmitteln aus Afrika erworben werden, durch die langen Transportwege treten jedoch andere ethischen Konflikte auf. Der Anspruch, Bio-Lebensmittel zu verwenden, wurde zugunsten regionaler Naturprodukte abgeschwächt. Merkmale regionaler Naturprodukte sind gentechnisch frei, artgerecht, organisch einwandfrei, artgerechte Tierhaltung usw. Dies wurde durch die LBS Lochau geprüft.

Ein weiterer Anspruch ist es, dass z.B. ein ganzes Bio-Rind erworben wurde, so dass die SchülerInnen fachgerechtes zerteilen sowie die Nutzung eines ganzen Rindes - also nicht nur die sogenannten „edlen Teile“ - erlernen. Der Bezug zum Tier als Fleischlieferant wird wieder hergestellt für einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Lebensmittel.

Tabelle 8: Liste der Lieferanten Bio-Produkte und Regionale Naturprodukte

| Firma | Kredit | 01/12 2009 | 01/12 2010 | 01/12 2011 | 2009 bis 2011 | |
|----------------------------|--------|--------------|------------|------------|---------------|--|
| AGM | 260 | € 1.043,00 | 627,00 | 50.020,00 | 51.690,00 | 42% regionale Naturprodukte |
| Bio Metzger Mennel | 249 | € - | 1.158,00 | 6.678,00 | 7.836,00 | 100% Bioprodukte |
| Epos | 642 | € 4.405,00 | 8.613,00 | 8.140,00 | 21.158,00 | 100% Bioprodukte |
| Fa. Flatz | 355 | € 6.915,00 | 9.133,00 | 10.614,00 | 26.662,00 | 100% regionale Naturprodukte |
| Fruchtexpress | 17 | € 32.652,00 | 43.468,00 | 36.937,00 | 113.057,00 | davon 40,03% Bioprodukte |
| Käse Moosbrugger | 33 | € 4.589,00 | 8.845,00 | 7.160,00 | 20.594,00 | 100% regionale Naturprodukte, davon 48% Bioprodukte |
| Ländlemetzg Dür | 160 | € 15.967,00 | 19.933,00 | 21.325,00 | 57.225,00 | 100% regionale Naturprodukte |
| Metzgerverband | 15 | € 38.389,00 | 31.895,00 | 23.297,00 | 93.581,00 | 100% regionale Naturprodukte, davon 28% Bioprodukte |
| Fa. Gunz | 638 | € 3.648,00 | 4.722,00 | 5.058,00 | 13.428,00 | 100% Bioprodukte |
| Schweizerhof Obst | | € 1.310,00 | 1.497,00 | 1.670,00 | 4.477,00 | 100% regionale Naturprodukte, davon 72% Bioprodukte |
| Wedl | 350 | € 58.368,00 | 40.621,00 | 1.313,00 | 100.302,00 | Ende 2011 als Lieferant ausgeschieden da er unsere Kriterien nicht erfüllen konnte |
| | | | | | | |
| Lebensmittel gesamt | | € 195.585,00 | 184.892,00 | 221.346,00 | 601.823,00 | ab 2009 jährliches Ansuchen um Budgeterhöhung für biologische oder regionale Naturprodukte |
| | | | | | | |
| Keßler Fruchtsaft | 647 | € 2.678,00 | 3.876,00 | 3.713,00 | 10.267,00 | 100% regionale Naturprodukte |

Bioprodukte - sind zertifiziert
regionale Naturprodukte - keine Bio-Zertifizierung - aber gentech. frei, artgerecht, organisch einwandfrei, artgerechte Tierhaltung etc.

4.9. Entspricht die Menüplanung den aktuellen ernährungswissenschaftlichen Kriterien?

Wöchentlich wird ein Menüplan erarbeitet und ausgehängt, auf dem die Speisen sowie wesentliche Informationen dazu angegeben sind (vgl. Abbildung 17).

Speisekarte vom 09.11.2009 – 13.11.2009 - 2 Lg. 2 Woche

| | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|--|---|--|---|--|---|
| | Geund und gschmackig: Verschiedene Müll „für einen guten Start“ * Naturjoghurt | Verleiht Flügel ... Topfcreme mit lauwarmen Früchten * Gekochte Freiland Eier | Für Feinschmecker: Kakao – Shake * Frühstückswurst | Take it easy ... Frischer Fruchtsalat * Fruchtojoghurt <i>Übrigens: Auch die Bismarck für unser Nachmittagsbrot sind aus fairem Handel bezogen.</i> | Bleib schlank! Vollkornbröle mit Hüttenkäse * Heute deftig: Saft-Schinken |
| | frisch & fit Mittagsessen Knackige Salate vom Buffet * Spaghetti mit Tomatensauce Parmesan <i>Tomaten und T-Mark aus biologischer Produktion!</i> | Feine Gemüse- und Blattsalate * Suppenvariationen aus den Lehrküchen * Hackfleischbällchen Pfeffersauce Gemüse, Reis <i>Ländlenerzeuger/Dire garantiert für regionale Qualität!</i> | Feinste Salatvariationen mit besten Ölen und feinen Essigarten * Krautspätzle <i>Biologisch hergestellte Saucen mit Spitze aus einem Mix von 10g. Dinkel- u. Weizenmehl</i> * Dessert | iß dich gesund mit Salat! * Suppen zum Wählen * Puterfleisch Orientalische Art mit Blumenkohl <i>Die Puten aus Hand werden tiefgefroren produziert. Unser Internatskuch, Gerhard hat sich davon selbst überzeugt!</i> | Vitamin- Power * Schwarzwurzel- Kartoffelintopf mit Apfelschutney <i>Die tolle Knolle kommt aus der Badenener-Region Wir schauen genau hin, wie Spritzmittel verwendet wird damit wir gesunde Äpfel anbieten können!</i> |
| | frisch & fit Abendessen Weißwürste mit Laugenbrezel * * <i>Glutenfrei, keine Geschmacksverstärker Schlechtfleisch aus dem Lande!?</i> | Gefülltes Sesambrotchen mit Frischkäse Gurken, Tomaten Sauerrahmsauce * <i>In den Sesambrotchen ist heute auch ein Vollkorngetreideanteil enthalten. Gurken und Tomaten: Natürlich biologisch!</i> | Dampfende Pellkartoffel Vorarlberger Käsespezialitäten Topfenaufbruch * <i>Nur aus Vorarlberger Produktion! Qualität zu 100 %</i> | Da lacht das Herz! Kalbes Buffet mit vielen Feinheiten Hausgemachtes Brot * <i>Das backfrische Brot für heute Abend machen wir selbst mit viel Liebe zum Detail.</i> | „Nach einem trefflichen Mittagessen ist man geneigt, allen zu verzeihen.“ * * Oscar Wilde (1854-1900). |

Abbildung 17: Beispiel eines Menüplans

Folgende Grundregeln werden bei der Speisenplanung berücksichtigt:

- └─ maximal dreimal pro Woche Kartoffeln
- └─ Einsatz von Naturreis, Hülsenfrüchten, Hirse und komplexen Kohlehydraten
- └─ täglich Salat
- └─ Reduktion der Portionsgrößen beim Fleischangebot
- └─ zweimal Käse pro Woche
- └─ 2-3mal Fisch pro Lehrgang (8 Wochen)
- └─ maximal zweimal pro Lehrgang Frittiertes
- └─ 3-4mal pro Woche frisches Gemüse
- └─ täglich frischer Obstkorb

Weiters geht die Internatsküche von dem Grundsatz aus, dass weniger Auswahl, dafür Lebensmittel von bester Qualität zu einer höheren Zufriedenheit der SchülerInnen führt. Sie achtet auf Abwechslung, den Einsatz wöchentlicher „Highlights“, den Einsatz von vielfältigen Gewürzen und eine optisch ansprechende Darbietung der Speisen.

Auch beim kochen selbst wurden Veränderungen eingeführt:

- └─ Viele Gewürze werden kurz vor Gebrauch frisch gemahlen.
- └─ Täglich wird frische Gemüsebrühe zur Weiterverarbeitung eingesetzt (Senkung des Puringehalts der Speisen)

- └ Einsatz von 1/3 Vollkorndinkelmehl und 1/3 Dinkelweißmehl in allen Teigprodukten
- └ 50% Vollkornbrot in Semmelknödeln
- └ Verfeinerung von Naturreis mit Olivenöl und Zitronensaft
- └ Apfelmus wird im Garverfahren, gänzlich ohne Zucker und Gewürze hergestellt
- └ Gemüse wird geschmort
- └ Einsatz frischer Kräuter und Kräuteröle. Jeden Freitag werden sämtliche Kräuterreste zu Kräuteröl verarbeitet und tiefgekühlt bis zur Weiterverwendung
- └ frisches, hausgemachtes Pesto
- └ Optische Aufwertung der Speisen durch frische Kräuter direkt vor dem Servieren
- └ Einsatz von Hülsenfrüchten wie Linsen, Kichererbsen und Bohnen
- └ Einsatz von „ungewohnten“ Gemüsesorten wie z.B. Fenchel
- └ Zubereitung von Burgern oder Müsliriegeln ohne Fertigmischungen, Zusatzstoffe oder Geschmacksverstärker
- └ langsame Kochverfahren führen zu Einsparungen beim Zucker
- └ Einsatz völlig neuer Geschmackskompositionen steigern die Spannung
- └ optimale Fleischqualität durch Niedrigtemperaturgaren
- └ Gehacktes Gemüse oder Getreide ersetzt den Fleischanteil
- └ Faschiertes wird ohne Fett angebraten
- └ Warme Gerichte werden ergänzt durch rohes Gemüse
- └ Kuchen werden mit der halben Menge Zucker zubereitet und oftmals mit „verstecktem Gemüse“ gemacht
- └ Bechamel wird ohne Fett und mit Dinkelmehl aus Vorarlberg hergestellt (Fettreduktion von 4kg pro 150 Portionen Lasagne)
- └ Rahmsaucen werden mit 3/4 Gemüsebrühe und 1/4 Obers zubereitet (Fettreduktion von 1,5kg für 150 Personen)
- └ Einsatz der Friteuse 1x/Monat
- └ Frühstück mit Milchshakes, die mit getrockneten Früchten gesüßt und mit komplexen Kohlehydraten eingedickt werden

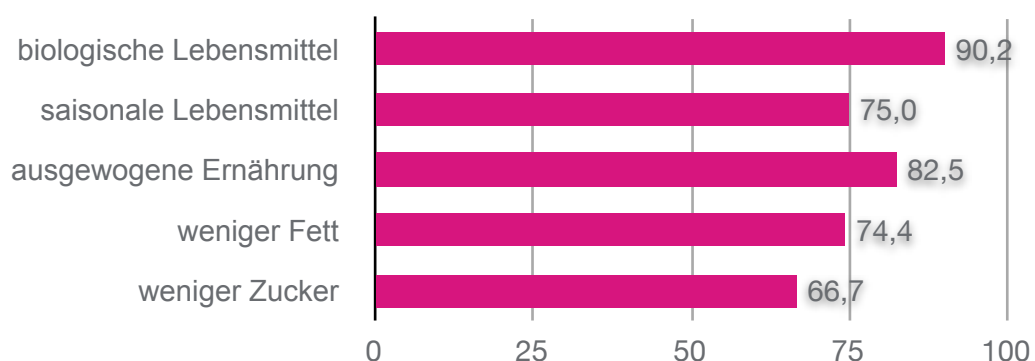


Abbildung 18: SchülerInnen Veränderungen in der Internatsküche bemerkt, MZP 3

Auch von den SchülerInnen wurden die Veränderungen in der Internatsküche bemerkt (vgl. Abbildung 18). Über 90% der SchülerInnen haben bemerkt, dass biologische Lebensmittel verwendet werden, 75% haben bemerkt, dass saisonale Lebensmittel

verwendet werden. 82,5% der SchülerInnen ist aufgefallen, dass in der Internatsküche auf eine ausgewogene Ernährung geachtet wurde.

Ein deutliches Ergebnis ist in der Einsparung des Zuckers zu sehen, der durch das Ersetzen von Limonaden durch gespritzten Fruchtsaft erreicht werden konnte. Die Einsparung dadurch beträgt in der Internatsküche pro Jahr 730kg.

Von den SchülerInnen gaben zum dritten Messzeitpunkt jedoch nur 32,1% an, dass sie (eher) vermehrt zuckerarme/-freie Getränke konsumieren (vgl. Abbildung 19). Ob dies daran liegt, dass ihnen diese Fruchtsäfte nicht als zuckerarme Getränke bewusst sind oder ob sie stattdessen zuckerhaltige Limonaden außerhalb der Internatsküche zu sich nehmen, lässt sich nicht beantworten.

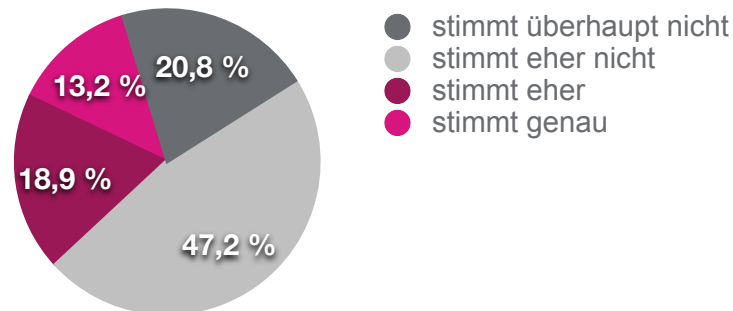


Abbildung 19: SchülerInnen nehmen vermehrt zuckerarme/-freie Getränke zu sich, MZP 3

4.10. Werden die „gesunden“ Rezepte ausreichend verbreitet?

Der Leiter der Internatsküche, Gerhard Kerber, und Angelika Stöckler hielten für die MitarbeiterInnen in der Internatsküche ein Kochseminar ab, in dem neben den neuen Grundsätzen für die Internatsküche auch eine Rezeptmappe mit vielen gesunden Rezepten erstellt wurde. Diese ist auf der Homepage des Projekts MehrWert (<http://koerpergeist.wordpress.com/2009/11/08/bildungsnetzwerk-mittagsverpflegung-kreativ-schmackhaft/>) abrufbar und wird auch über das Bildungsnetzwerk des Fonds gesundes Österreich weiter verbreitet.

Weiters ist auf der Homepage des Projekts MehrWert bereits eine Rubrik „Rezeptideen“ (<http://koerpergeist.wordpress.com/2009/03/19/rezepte/>) eingerichtet, die weiter mit Inhalten gefüllt wird.

Als wichtigster Punkt in der Verbreitung der gesunden Rezepte ist die Erstellung und Verbreitung eines Kochbuchs zur gesunden Gemeinschaftsverpflegung zu sehen (vgl. Abbildung 20). Dieses Kochbuch ist im Rahmen des Projekts MehrWert entstanden, die Rezepte wurden in der Internatsküche getestet und verfeinert.



Abbildung 20: Titelblatt des Kochbuchs MehrWert

Das Kochbuch wurde am 18. April im Rahmen einer Veranstaltung in den Räumlichkeiten des Amtes der Vorarlberger Landesregierung präsentiert, Speisen nach den im Kochbuch beschriebenen Rezepten konnten am Buffet probiert werden. Die Veranstaltung war auch von der Politik hochrangig besucht, die Wichtigkeit dieses Projekts wurde von allen Seiten anerkannt.

Wie viel Personen dort?

4.11. Wurde der Speisesaal in einen Wohlfühlbereich umgestaltet?

In einem partizipativen Prozess wurde gemeinsam mit einer Gruppe von Lehrlingen die farbliche Gestaltung des Speisesaals geplant. Beim malen der Wände wurde mit den Maler-Lehrlingen der Landesberufsschule Dornbirn zusammengearbeitet.

Weiters werden jeweils jahreszeitlich passende Tischdekorationen gebastelt und auf den Tischen im Speisesaal platziert.

Auch in der Selbstbedienungsstrasse der Küche wurden Änderungen eingeführt, wie z.B. die genaue Beschriftung der Speisen mit Herkunftsort und interessanten Informationen (z.B. Fettgehalt bei Käse) dazu. Außerdem wurde die Vielfalt des Angebots reduziert und somit ist ein besserer Überblick gewährleistet.

Als Bilder an der Wand wurden Bilder von Lebensmitteln gewählt mit leuchtenden Farben. Diese werden jetzt zum Ende des Projekts nochmals ersetzt mit den Bildern der Gerichte aus dem Kochbuch „MehrWert - gut gewürzt, Salz gekürzt“.

Tabelle 9: Umgestaltung des Speisesaals, Befragung LehrerInnen, MZP 2

| | stimmt über- haupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|--|-----------------------------------|-------------------------|----------------|-----------------|---------------|
| Unser Speisesaal wurde in einen Wohlfühlbereich umgestaltet. | 0 | 3 | 5 | 7 | 0 |

Der Großteil der LehrerInnen sagt, dass der Speisesaal in einen Wohlfühlbereich umgestaltet wurde (vgl. Tabelle 9).

Befragt man die SchülerInnen, wie wohl sie sich im Speisesaal fühlen, so sind die Ergebnisse im mittleren bis oberen Bereich anzusiedeln (vgl. Abbildung 21).

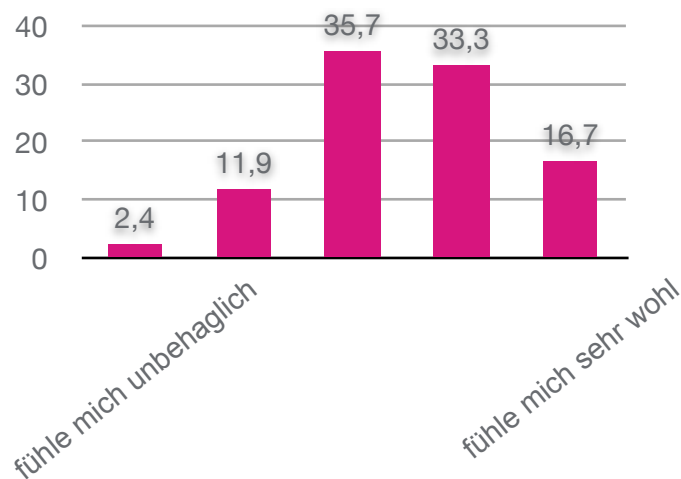


Abbildung 21: SchülerInnen Atmosphäre im Speisesaal, MZP 3

Dies heißt jetzt nicht, dass sich die SchülerInnen weniger wohl fühlen. Da viele SchülerInnen erst im Laufe bzw. gegen Ende des Projekts zum ersten Mal in die Schule gekommen sind und den Vergleich mit vorher nicht haben, empfinden sie die Gestaltung des Speisesaals womöglich als selbstverständlich. Die Wahl des mittleren Bereichs kann hier auch bedeuten, dass sie der Gestaltung des Speisesaals keine weitere Beachtung mehr zukommen lassen und ihn zumindest nicht als negativ erleben.

4.12. Ist die Internatsküche in der Lage, täglich gesunde Speisen anzubieten?

In der Internatsküche wurden ein paar Änderungen durchgeführt, um die Zubereitung gesunder Speisen einfacher zu machen.

Ein zusätzlicher Dampfgarer wurde angeschafft. Außerdem wurden die Zutaten für gesunde Gerichte in der Küche und im Lager griffbereit gelagert. Lebensmittel, von denen sich die Internatsküche in Zukunft trennen will, wurden im Lager nach hinten gebracht, um

den Weg dahin zu erschweren. So können nach und nach „ungesunde“ Lebensmittel aus der Küche verbannt werden und durch „gesunde“ Lebensmittel ersetzt werden.

4.13. Wurde das bewegte Klassenzimmer regelmäßig durchgeführt?

Das bewegte Klassenzimmer wird regelmäßig Dienstags durchgeführt. Auf einem Plan wird festgehalten, welche Lehrperson diese mit welcher Klasse durchführt (vgl. Abbildung 22).

Donnerstags findet immer ein Bewegungsabend statt, der jeweils unter einem anderen Motto steht. So wird z.B. Volleyball gespielt oder in der Turnhalle Gymnastik gemacht.



Teilnehmerliste Modul Bewegung – Bewegtes Klassenzimmer / Bewegte Pause / Trainerin Birgitta Dür

| Wo/Tag | Klasse | Klasse | Klasse | Betreuung |
|-------------------|---------------------|------------------------------------|---------------------|---|
| 2 / Di. 19.05. | 09:15 – 09:30 / K3d | 09:30 - 09:45 / K3e | 09:45 – 10:00 / K1e | Büttner K3d / Schneider K3e Gosch/Fröhlich K1e |
| 3 / Di. 26.05. | 09:15 – 09:30 / K3f | 09:30 - 09:45 / R3c | 09:45 – 10:00 /R3d | Schobel K3f / Thelen R3c Schott/Heiser R3d |
| 4 / Di. 02.06. | 09:15 – 09:30 / G2b | 09:30 - 09:45 / G4b | 09:45 – 10:00 / H3c | Delpin G2b / Horn/Ponier G4b Forer H3c |
| 5 / Di. 09.06. | 09:15 – 09:30 / K3d | 09:30 - 09:45 / K3e | 09:45 – 10:00 / K1e | Büttner K3d / Schneider K3e Gosch/Fröhlich K1e |
| 6 / Di. 16.06. | 09:15 – 09:30 / K3f | 09:30 - 09:45 / R3c | 09:45 – 10:00 /R3d | Schobel K3f/ Thelen R3c Schott/Heiser R3d |
| 7 / Di. 23.06. | 09:15 – 09:30 / G2b | G4b Außer Haus Sunnahof | 09:30 – 09:45 / H3c | Delpin G2b / Horn/Ponier G4b Forer H3c |
| 8 / Di. 30.06. | 09:15 – 09:30 / K3d | 09:30 - 09:45 / K3e | 09:45 – 10:00 / K1e | Büttner K3d / Schneider K3e Gosch/Fröhlich K1e |

Abbildung 22: Beispielplan Bewegtes Klassenzimmer

4.14. Nahmen alle SchülerInnen regelmäßig am bewegten Klassenzimmer teil?

Die SchülerInnen nahmen am bewegten Klassenzimmer teil, diese wurden jeweils mit der ganzen Klasse durchgeführt. In einem Plan wurde festgehalten, wann welche Klasse mit welcher Lehrperson die Bewegungspause durchführten. Ausserdem wurden Teilnehmerlisten geführt.

Seltsamerweise gab knapp die Hälfte der SchülerInnen an, dass dies bei ihnen im Lehrgang nicht angeboten wurde (17 von 41). Im Gespräch mit Wolfgang Ponier fand sich keine Erklärung hierfür, da dies für alle Klassen in allen Lehrgängen angeboten und durchgeführt wurde.

Zu Projektende gaben alle befragten Lehrpersonen an, dass das „bewegte Klassenzimmer“ (eher) gut von den SchülerInnen angenommen wird und dass die Inhalte

des „bewegten Klassenzimmers“ ihren Bedürfnissen entspreche (vgl. Tabelle 10). Unterstützt wird dies durch die Aussage, dass zwei Drittel der Lehrpersonen (10 von 15) sich zumeist aktiv selbst am „bewegten Klassenzimmer“ beteiligen.

Tabelle 10: bewegtes Klassenzimmer, Befragung Lehrpersonen, n=18

| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|--|------------------------------|----------------------|----------------|-----------------|------------|
| Das "bewegte Klassenzimmer" wird von den SchülerInnen gut angenommen. | 0 | 0 | 5 | 10 | 0 |
| Die Inhalte des "bewegten Klassenzimmers" entsprechen meinen Bedürfnissen. | 0 | 0 | 6 | 9 | 0 |
| Ich beteilige mich aktiv am "bewegten Klassenzimmer". | 2 | 3 | 5 | 5 | 0 |

4.15. Wurde eine Netzwerk-Datenbank mit speziellen Freizeit- und Weiterbildungsangeboten für SchülerInnen erstellt und gewartet?

Es werden regelmäßig Freizeit- und Weiterbildungsangebote für die SchülerInnen angeboten. So findet jeden Donnerstag ein Bewegungsabend statt, ebenso ein Tanzkurs, Angebote zum Mentaltraining, Seminare zum Thema Drogen und Alkohol usw. (vgl. Abbildung 23).

Diese Angebote werden in der MehrWertecke im Eingangsbereich ausgehängt, die Anmeldung zu diesen Angeboten erfolgt ebenfalls über diese MehrWertecke. Weiters werden diese Angebote übers Intranet direkt an die SchülerInnen versendet sowie auf dem Bildschirm im Eingangsbereich ausgestrahlt. Ein weiterer Bildschirm im Speisesaal der Internatsküche strahlt Informationen über die angebotenen Speisen sowie die stattfindenden Aktivitäten aus. Da diese Methode sich bewährt hat, wird auf eine Netzwerk-Datenbank verzichtet und das bestehende System weitergeführt.



Liebe SchülerInnen!

Kommenden **Dienstag, 12.1. 18.30 - 20 Uhr** findet bereits ein Weiterbildungskurs für Mentaltraining statt.

Die weiteren Termine sind:

Dienstag, 19.1. 18.30 - 20 Uhr

Dienstag, 23.2. 18.30 - 20 Uhr

Dienstag, 2.3. 18.30 - 20 Uhr

Schule und Beruf erfordern eine immer höhere Belastbarkeit. Themen wie Stress, Zeit- und Leistungsdruck, Angst vor Versagen, Motivationstiefs sind die Folgen. Susanne Rauch bietet hier gezielte Tipps und Hilfe an. Inhalte dieses Weiterbildungskurses sind:

- Zusammenhang zwischen Stimmungs- und Antriebslage
- Erlernen und Üben von mentalen Techniken
- Umsetzungsunterstützung für den Alltag und deren Nachhaltigkeit

Bei diesem Kurs ist es sinnvoll das alle 4 Module besucht werden. Mindestanzahl 8 Personen. Bitte an der **MehrWERT Infoecke** eintragen.

Tanzkurs – Bewegungsabend an der Landesberufsschule Lochau

Wer möchte seine Tanzkenntnisse verfeinern?

In ungezwungener Atmosphäre werdet Ihr durch die fachliche Mitarbeiter einer Tanzschule bei rhythmischer Musik durch den Abend geführt.

Beginn 2. Lehrgangswochen – Mittwoch den 13.01.10
Danach jeweils Mittwoch von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Bitte auch um Anmeldung per Anmeldeformular in der **MehrWERT Infoecke**.



Abbildung 23: Ankündigung von Freizeit- und Weiterbildungsangeboten

4.16. Wird diese Datenbank von den SchülerInnen genutzt?

Da keine spezielle Datenbank eingerichtet wurde, kann diese Fragestellung in der Folge mit Nein beantwortet werden.

4.17. Werden die Freizeit- und Weiterbildungsangebote von den SchülerInnen ausreichend genutzt?

Die SchülerInnen tragen sich in Anwesenheitslisten ein, wenn sie an einer Freizeitaktivität oder an einem Weiterbildungsangebot teilgenommen haben. Außerdem wird dies in ihrem MehrWert-Pass vermerkt.

Tabelle 11 zeigt die Aktivitäten, die über den gesamten Projektzeitraum über alle Lehrgänge verteilt abgehalten wurden. Manche Aktivitäten wie z.B. das bewegte Klassenzimmer und Klartext Alkohol/Nikotin fanden im Rahmen des regulären Unterrichts statt und wurden somit von allen SchülerInnen besucht.

Tabelle 11: Anzahl an Aktivitäten des Projekts

| Aktivität Internat | Aktivität Unterricht | Anzahl |
|--|-------------------------------------|--------|
| | Bewegte Pause Sportservice | 353 |
| | Bewegtes Klassenzimmer Sportservice | 3.150 |
| Bewegungsabend Sportservice | | 858 |
| Bewegungsnachmittag Sportservice | | 1.215 |
| | Essstörungen Caritas | 178 |
| | Finanzführerschein ifs | 333 |
| | Geruchs und Geschmacksschulung | 205 |
| | Gewürz und Kräuterseminar | 95 |
| | Klartext Alkohol Supro | 1.270 |
| | Klartext Nikotin Supro | |
| Mentalcoaching /Zivilcourage | | 433 |
| Qi Gong | | 136 |
| Safer Internet | | 170 |
| | Sinnespacour | 276 |
| Evaluation MehrWert für Körper und Geist | | 30 |

| Aktivität Internat | Aktivität Unterricht | Anzahl |
|--|---|---------------|
| | Slowfood - Wertigkeiten von Lebensmitteln | 494 |
| Sucht von A-Z Supro | | 341 |
| Take Control - weg vom Rauchen Supro | | 194 |
| | Vortrag Rauschfrei Kripo | 365 |
| | Weinseminar und Geschmacks-training | 168 |
| | Wildkräuterexkursion | 43 |
| Yoga als Ausgleich Karateclub Lustenau | | 280 |
| Karate mit dem Landesfachverband | | 332 |
| Gesamte Aktivitäten | | 10.889 |

Dennoch gaben auch in diesen Bereichen viele SchülerInnen an, dass die jeweiligen Aktivitäten in ihrem Lehrgang nicht angeboten wurden. Dies ist vor allem in jenen Bereichen verwunderlich, in denen externe Fachpersonen in den Unterricht eingeladen wurden, somit alle SchülerInnen automatisch an der Aktivität teilnahmen. Ein solches Beispiel ist „Take Control - Weg vom Rauchen“, bei dem 27 von 38 Personen angaben, dass dies nicht angeboten wurde.

Auch die Lehrpersonen beurteilen das Freizeit- und Weiterbildungsangebot der SchülerInnen sehr gut. So geben alle befragten Lehrpersonen an (vgl. Tabelle 12), dass sie das Weiterbildungsprogramm (eher) gut finden sowie fast alle (12 von 14), dass sich das Freizeitangebot im Laufe des Projekts deutlich verbessert hat.

Tabelle 12: Freizeit- und Weiterbildungsangebot, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

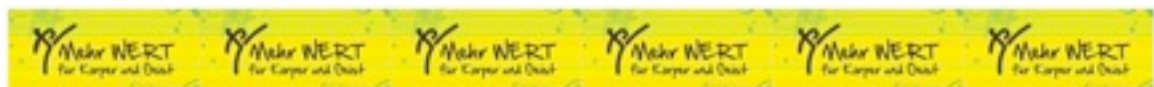
| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|---|------------------------|-------------------|-------------|--------------|------------|
| Das Weiterbildungsangebot für Schülerinnen im Rahmen des Projekts ist sehr gut. | 0 | 0 | 4 | 11 | 0 |
| Das Freizeitangebot für SchülerInnen hat sich seit Beginn des Projekts deutlich verbessert. | 0 | 1 | 9 | 3 | 2 |

Abbildung 24 zeigt als Beispiel die Lehrgangsplanung des Lehrgangs 4/2012.



Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01, Schuljahr 11/12 – Supro

| Veranstalter | Veranstaltung | Klasse | Tag | Zeit |
|--------------|--------------------------------|--------|-----------------------|--|
| Supro | Klartext Alkohol | K2b | Donnerstag 27.10.2011 | 10:20 – 11:50 BT/Di |
| Supro | Klartext Alkohol | K2a | Donnerstag 27.10.2011 | 13:20 – 14:05 DU/De 14:05 – 14:50 BF/Di |
| Supro | Safer Internet | H1a | Donnerstag 27.10.2011 | 7:45 – 08:30 RL/Ti 08:30 – 09:15 BF/Di |
| Supro | Safer Internet | K1a | Donnerstag 27.10.2011 | 09:15 – 10:00 RW/He 10:20 – 11:05 WS/De |
| Supro | Safer Internet | K1b | Donnerstag 27.10.2011 | 11:05 – 11:50 WS/Ba 11:50 – 12:35 RL/Ti |
| Supro | Safer Internet | G1a | Donnerstag 27.10.2011 | 13:20 – 14:05 RW/Di 14:05 – 14:50 DU/De |
| Supro | Safer Internet | R1a | Donnerstag 27.10.2011 | 14:50 – 15:35 PB/Tw 15:35 – 16:45 RW/Tw |
| Slowfood | Wertigkeiten von Lebensmitteln | K3a | Donnerstag 27.10.2011 | 14:05 – 15:35 EWK/Scho |



Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01, Schuljahr 11/12 – Susanne Rauch

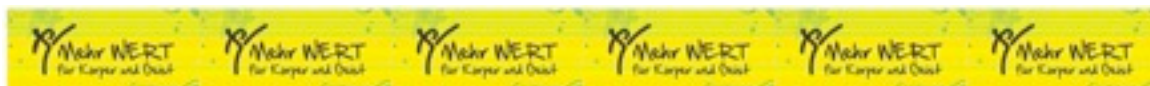
| Veranstalter | Veranstaltung | Raum | Tag | Zeit |
|---------------|---|----------|------------------------|---|
| Susanne Rauch | Mentalcoaching Auf Voranmeldung (mind. 10 Teilnehmer) | Raum 106 | Dienstag 27. September | Abendveranstaltung von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr |
| Susanne Rauch | Mentalcoaching Auf Voranmeldung (mind. 10 Teilnehmer) | Raum 106 | Dienstag 04. Oktober | Abendveranstaltung von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr |
| Susanne Rauch | Mentalcoaching Auf Voranmeldung (mind. 10 Teilnehmer) | Raum 106 | Mittwoch 05. Oktober | Abendveranstaltung von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr |
| Susanne Rauch | Mentalcoaching Auf Voranmeldung (mind. 10 Teilnehmer) | Raum 106 | Mittwoch 18. Oktober | Abendveranstaltung von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr |

An vier Abendeinheiten lernen die TeilnehmerInnen jeweils Techniken:

für einen günstigeren Umgang mit Stress / für eine positive Einstellung in Anforderungssituationen / für mehr Eigenwahrnehmung / für den Kontakt mit den eigenen Stärken und Ressourcen / für mehr Eigenverantwortung

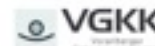
Hier ist es sinnvoll alle 4 Einheiten zu besuchen um die Zusammenhänge zu verstehen!!!





Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01. Schuljahr 11/12 – Karate- Landesfachverband

| Veranstalter | Veranstaltung | Raum | Tag | Zeit |
|--------------------------|-------------------|-----------------------|------------------------|--|
| Landes-Karatefachverband | Infoveranstaltung | Serviersaal Lifestyle | Mittwoch 07. September | 18:15 Uhr bis 18:45 Uhr Burschen & Mädchen |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 14. September | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 21. September | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 28. September | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 05. Oktober | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 12. Oktober | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Bewegungsabend | Turnhalle LBS Lochau | Mittwoch 19. Oktober | 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Programm n. Absprache |
| Landes-Karatefachverband | Schülerabreise | Keine Veranstaltung | Mittwoch 26. Oktober | Keine Veranstaltung |



Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01. Schuljahr 11/12 Sportservice Vorarlberg - Bewegtes Klassenzimmer

| Wo/Tag | Klasse | Klasse | Klasse | Klasse |
|---------|--------------------|------------------|------------------------|------------------------|
| 2 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 13.09. | Klasse K3a/RW/Schn | Klasse R1a/GM/Ko | Klasse R3a/SE/Ho/Gm | Klasse H1a/HO/Dei/Schn |
| 3 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 20.09. | Klasse K1a/PB/La | Klasse K1b/BT/La | Hausangestellte/Office | Klasse K2a/WS/Tw |
| 4 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 27.09. | Klasse K3a/RW/Schn | Klasse R1a/GM/Ko | Klasse R3a/SE/Ho/Gm | Klasse H1a/HO/Dei/Schn |
| 5 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 04.10. | Klasse K1a/PB/La | Klasse K1b/BT/La | Hausangestellte/Office | Klasse K2a/WS/Tw |
| 6 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 11.10. | Klasse K3a/RW/Schn | Klasse R1a/GM/Ko | Klasse R3a/SE/Ho/Gm | Klasse H1a/HO/Dei/Schn |
| 7 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 18.10. | Klasse K1a/PB/La | Klasse K1b/BT/La | Hausangestellte/Office | Klasse K2a/WS/Tw |
| 8 / Di. | 09:00 – 09:15 | 09:15 - 09:30 | 09:30 – 09:45 | 09:45 – 10:00 |
| 25.10. | Klasse K3a/RW/Schn | Klasse R1a/GM/Ko | Klasse R3a/SE/Ho/Gm | Klasse H1a/HO/Dei/Schn |





Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01. Schuljahr 11/12 Modul Gesunde Ernährung / Essstörungen

| Veranstalter | Veranstaltung | Raum | Tag | Zeit |
|--------------|---|------|--|-------------------|
| Caritas | <p>Alice Mansfield zum Thema Essstörungen www.alicemansfield.net</p> <p>Einmal tauchte und flirtete ich mit dem Tod, doch wollte ich nicht wirklich sterben. Einen Tag begann ich das Leben zu lieben und stieg rasper aus dem Verderben. „Es gibt Dinge, über die man nicht spricht. Meinte ich zumindest. Deshalb schrieb ich Tagebuch – 50 Bände voll. Aber manchmal tut es gut, darüber zu sprechen – vor allem dann, wenn auch andere betroffen sind und ähnlich leiden. Essstörungen sind weit verbreitet und schenken uns zu. Magenschicht und Bulimie sind zwei Erscheinungsformen, auf die besonders junge Mädchen anfallen. Einmal am Tiefpunkt gefangen, kommt man schwer wieder raus. Zum körperlichen Schaden kommen verlorne bzw. veräuserte Gelegenheiten und die Zerstörung der Lebenslinie hinzu. Es ist nie zu spät, neu zu beginnen, gesund zu werden, auf das eigene Herz zu hören und ein erfülltes Leben zu führen. Aber je später der Beginn, umso mühevoller der Weg und beschwerlicher die Aussichten, also lieber jetzt!“</p> | 106 | Kann nach Absprache mit dem KV während des Lehrganges in der eigenen Klasse organisiert werden!! | 18:15 – 21:00 Uhr |

Aktivitätenübersicht im Lehrgang 01. Schuljahr 11/12 Suchtprävention / Klartext Nikotin

| Veranstalter | Veranstaltung | Raum | Tag | Zeit |
|--------------|---|------|--|-------------------|
| Supro | <p>Klartext Nikotin – Take Control</p> <p>Take Control ist ein kostenloses Gruppenangebot für raschende Jugendliche, die ihren Nikotinkonsum verringern oder beenden möchten.</p> <p>Was unterscheidet Take Control von anderen Entwöhnungsangeboten?</p> <p>Im Gegensatz zu den meisten herkömmlichen Angeboten ist Abstinenz nicht das alleinige Ziel, der/die TeilnehmerIn kann sich auch für eine Verringerung seines/ihrer Zigarettenkonsums als Kurzziel entscheiden. Auch während des Kurses kann die Entscheidung - Abstinenz oder Reduktion - geändert werden.</p> | 106 | Kann nach Absprache mit dem KV während des Lehrganges in der eigenen Klasse organisiert werden!! | 18:30 - 20:00 Uhr |



Abbildung 24: Lehrgangsplanung der Aktivitäten des Lehrgangs 4/2012

4.18. Ist die Gewaltbereitschaft unter den Jugendlichen gesunken?

Die befragten Lehrpersonen haben Schwierigkeiten, die Gewaltbereitschaft der Jugendlichen einzuschätzen (vgl. Tabelle 13). So geben stimmen zwar 6 Personen der Aussage eher zu, dass die Gewaltbereitschaft der SchülerInnen zurückgegangen ist, jedoch kann der Großteil der Lehrpersonen (7 Personen) keine Aussage zu diesem Thema machen.

Tabelle 13: Gewaltbereitschaft, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| | stimmt überhaupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|--|------------------------|-------------------|-------------|--------------|------------|
| Die Gewaltbereitschaft unter den SchülerInnen ist seit dem Projekt zurückgegangen. | 0 | 2 | 6 | 0 | 7 |

Auch bei den SchülerInnen ist eine objektive Messung der Gewaltbereitschaft in diesem Rahmen nicht möglich. In einer subjektiven Veränderungsmessung gaben 20,5% der Jugendlichen an, dass sie seit dem Projekt anders mit Konflikten umgehen.

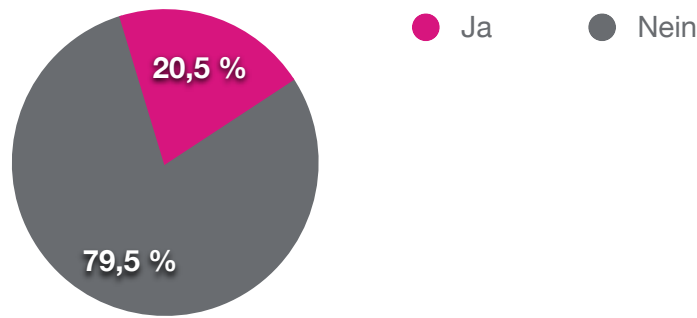


Abbildung 25: SchülerInnen gehen anders mit Konflikten um, MZP 3

4.19. Ist der Suchtmittelkonsum unter den Jugendlichen gesunken?

Auch der Suchtmittelkonsum gehört zu den Bereichen, in denen Veränderungen - wenn überhaupt - nur längerfristig sichtbar sind.

Tabelle 14: Suchtmittelkonsum der SchülerInnen, Befragung LehrerInnen, MZP 2

| | stimmt über- haupt nicht | stimmt eher nicht | stimmt eher | stimmt genau | weiß nicht |
|---|--------------------------------|-------------------------|----------------|-----------------|---------------|
| Der Suchtmittelkonsum der SchülerInnen hat seit Beginn des Projekts abgenommen. | 1 | 2 | 1 | 1 | 10 |

Die LehrerInnen geben auch beim zweiten Messzeitpunkt vor allem an, nichts über die Änderungen im Suchtmittelkonsum der SchülerInnen zu wissen (vgl. Tabelle 14). Ansonsten zeigt sich eine große Streuung. Beim ersten Messzeitpunkt haben noch 17 von 18 Personen angegeben, dass sie nichts zu dieser Frage sagen können. Da der Suchtmittelkonsum der SchülerInnen in deren Freizeit bzw. in den Pausen stattfindet, ist eine Aussage darüber für die LehrerInnen schwierig.

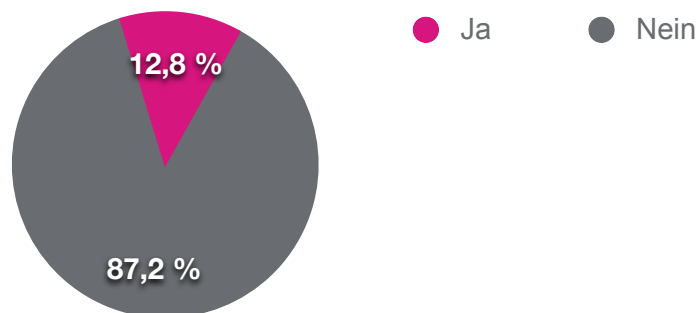


Abbildung 26: SchülerInnen haben ihr Suchtverhalten seit dem Projekt MehrWert verändert, MZP 3

Von den SchülerInnen gaben zum Ende des Projekts 12,8% an, dass sie seit Beginn des Projekts MehrWert für Körper und Geist ihr Suchtverhalten verändert haben (vgl. Abbildung 26). In der relativ kurzen Zeit von 3 Jahren und den 8 Schulwochen pro Lehrjahr kann dies als Erfolg gewertet werden. Außerdem kann davon ausgegangen

werden, dass dieses Projekt nachwirkt und damit der Stein zur Veränderung des Suchtverhaltens erst ins Rollen gebracht worden ist.

5. Allgemeines zum Projekt

In der Befragung der Lehrpersonen zum ersten Messzeitpunkt wurden diese nach ihrer Einschätzung gefragt, zu wie viel Prozent das Projekt bereits ausgeschöpft ist (vgl. Tabelle 15). Es wird deutlich, dass die Ausschöpfung im oberen Bereich liegt, der Modalwert liegt hierbei bei einer Auslastung von 80%.

Tabelle 15: Ausschöpfung des Projekts in Prozent, Befragung Lehrpersonen, MZP 1

| 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % | 90 % | 100 % |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 6 | 7 | 3 | 0 |

Zum ersten Messzeitpunkt gaben die LehrerInnen noch folgende Dinge an, die auf die 100% fehlen:

- Mehr Zeit um die Dinge besser promoten zu können.
- über einen längeren Zeitraum laufen lassen (ca. 6 Jahre)
- mehr Zeit, kein Lenkungsablauf
- Zeit
- Da das Projekt sehr gut aufgestellt ist, kann ich nur anmerken, dass mehr Zeit auch noch mehr Qualität hervorbringen würde.
- Kommunikation, Information
- mehr Transparenz, mehr Austausch im Kollegium, mehr Info
- mehr Unterstützung wenn es um das Promoten von Events geht (wenig Teilnehmer)
stärkere Vernetzung im Unterricht
- sportliches Abendprogramm öfters und vielseitiger

Tabelle 16: Ausschöpfung des Projekts in Prozent, Befragung Lehrpersonen, MZP 2

| 10 % | 20 % | 30 % | 40 % | 50 % | 60 % | 70 % | 80 % | 90 % | 100 % |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 |

Auch wenn das Projekt bereits zum ersten Messzeitpunkt als sehr gut „auf Schiene“ bezeichnet wurde, so ist zum zweiten Messzeitpunkt dennoch eine nochmalige Verbesserung zu sehen (vgl. Tabelle 16). Der Modalwert hat sich von 80% auf 80-90% erhöht.

Zum zweiten Messzeitpunkt gaben die LehrerInnen folgende Dinge an, die noch auf die vollständigen 100% fehlen:

- mehr Unterstützung vom Lehrkörper, z.B. bei Aktivitäten oder Mobilisierung der

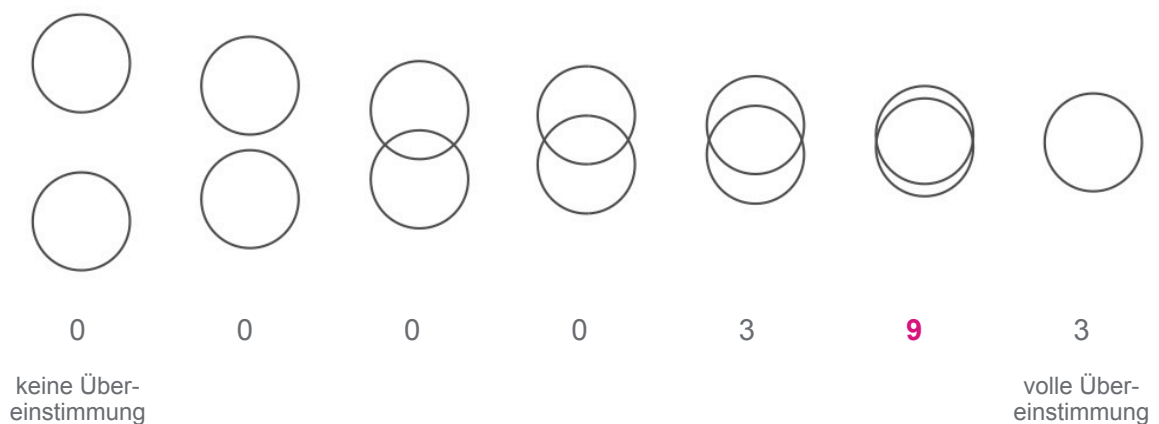
SchülerInnen

- └ MehrWert für Lehrpersonen
- └ Bereitschaft von Teilen des Lehrkörpers für Veränderungen
- └ finanzielle Mittel
- └ Umsetzung in Internat und Unterricht
- └ der strukturelle Rahmen und Zeit
- └ mein persönlicher Einsatz
- └ Unterstützung aller KollegInnen - jeder sollte hinter dem Projekt stehen

Es zeigt sich, dass manche Lehrpersonen bis zum Schluss nicht ins Projekt MehrWert integriert werden konnten.

Die Erwartungen der LehrerInnen an das Projekt stimmte recht gut mit den tatsächlich gemachten Erfahrungen im Projekt überein. Auf der 7-stufigen Skala lag der Modalwert von 9 beim Wert 6, jeweils 3 Personen gaben den Wert 5 und den Wert 7 an (vgl. Tabelle 17).

Tabelle 17: Übereinstimmung der Erwartungen der LehrerInnen an das Projekt mit den Erfahrungen, MZP 2



Befragt man die LehrerInnen nach ihrer Zufriedenheit mit dem Projekt MehrWert, so liegt der Modalwert mit 8 Personen in der Kategorie „sehr zufrieden“, 5 weitere Personen sind „eher zufrieden“. Lediglich 2 Personen gaben an, „sehr unzufrieden“ zu sein, von denen jedoch eine Person diese Aussage dadurch revidierte, indem sie dazuschrieb, sehr unzufrieden zu sein weil sie selbst sehr wenig im Projekt mitgearbeitet hat. Insgesamt kann also von Seiten der LehrerInnen von einem Erfolg des Projekts ausgegangen werden (vgl. Tabelle 18).

Tabelle 18: Zufriedenheit der LehrerInnen mit dem Projekt MehrWert, MZP 2



Der Transfer der Inhalte in die Berufswelt der SchülerInnen ist ein weiterer Anspruch an das Projekt MehrWert. 81% der SchülerInnen gaben an, dass sich ihr Ausbildungsbetrieb für das interessiert, was sie in der Berufsschule lernen (vgl. Abbildung 27). Nur 32,5% der Ausbilder dieser SchülerInnen kennt das Projekt MehrWert, diese interessieren sich auch dafür. Dennoch geben insgesamt 72,5% der SchülerInnen an, dass sie Lerninhalte der Berufsschule in den beruflichen Alltag einbauen können, somit fließen auch die Inhalte des Projekts MehrWert in die Ausbildungsbetriebe ein - unabhängig davon, ob die Ausbilder das Projekt kennen oder nicht.

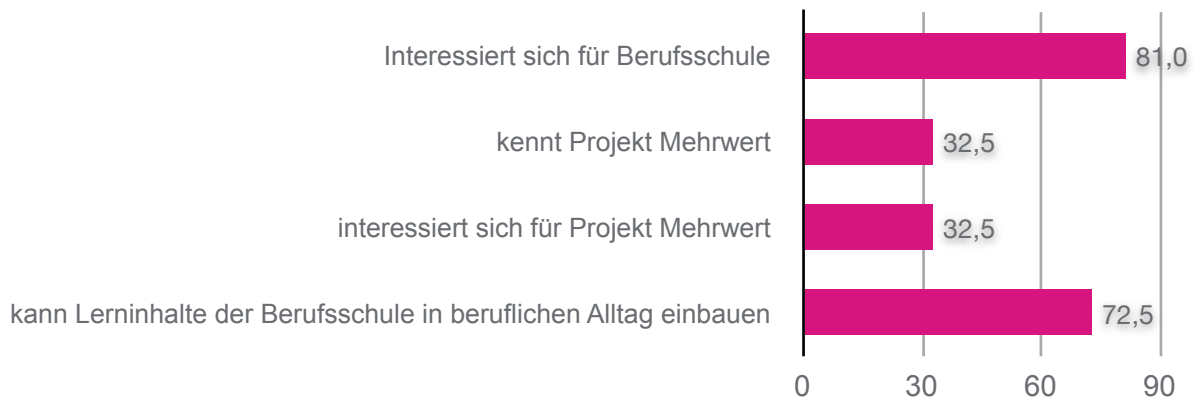


Abbildung 27: SchülerInnen Transfer zum Ausbildungsbetrieb, MZP 3

Die Sinnhaftigkeit des Projekts MehrWert schätzen die SchülerInnen im mittleren bis oberen Bereich ein. Auch bei diesen Werten muß beachtet werden, dass die meisten SchülerInnen die Zeit vor dem Projekt nicht kannten und auch - wie die vorangegangenen Ergebnisse zeigen - nicht bemerkt haben, dass das Projekt in den Unterricht eingebaut wurde (vgl. Abbildung 28). Somit ist auch dieses Ergebnis als positiv zu sehen, da die Ablehnung gegenüber dem Projekt gering ist.

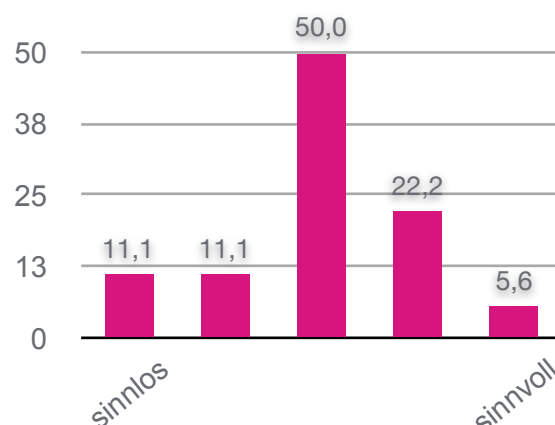


Abbildung 28: SchülerInnen Sinnhaftigkeit des Projekts, MZP 3

Erfreulich ist, dass der Großteil der SchülerInnen (63,6%) gerne hätten, dass das Projekt weitergeführt wird (vgl. Abbildung 29).

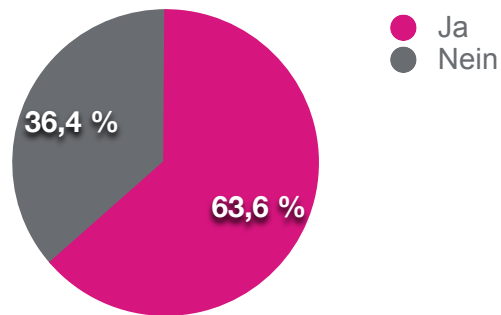


Abbildung 29: SchülerInnen soll das Projekt beibehalten werden, MZP 3

6. Fazit

Das Projekt MehrWert für Körper und Geist zeigt sehr gute Ergebnisse, die mit Sicherheit noch nach dem Projektzeitraum weiter wirken - zumal die Schule die Inhalte des Projekts auch in Zukunft in den Unterricht einbauen will.

Die folgenden Aspekte zeigen sich als Highlights dieses Projekt:

- **Aufnahme der Projektinhalte in den Lehrplan:** somit sind die Weichen gestellt, langfristig im Sinne der Gesundheitsförderung zu unterrichten. Auch kommende Lehrlinge profitieren so nachhaltig von diesem Projekt und wirken als Multiplikatoren in ihre Betriebe.
- **Gemeinschaftsverpflegung:** innovative Ideen zur schmackhaften gesunden Küche für die Zielgruppe Jugendliche wurden ausgearbeitet, getestet und anschließend in einem Kochbuch veröffentlicht. Somit werden diese Rezepte verbreitet und andere Schulen oder Betriebe können auf die Erfahrungen der LBS Lochau zurückgreifen.
- **Zielerreichung auf allen geplanten Ebenen:** Alle geplanten Ziele wurden erreicht. Manche Ziele wie z.B. Bio-Produkte um jeden Preis und das Netzwerk für Angebote stellten sich im Laufe des Projekts als nicht sinnvoll heraus und wurden abgeändert. Die abgeänderten Ziele wurden wiederum erreicht.

Schwierig stellte sich jedoch der Umstand dar, dass keine finanziellen Mittel für die laufende Organisation und Kommunikation zur Verfügung stehen. Daher muss diese neben dem Alltagsgeschäft stattfinden. Durch den straffen Zeitplan einer Blockschule wie der Landesberufsschule Lochau wird diese Situation nochmals verschärft. Es werden Dinge bearbeitet, die gerade aktuell anstehen. Längerfristige Planungen oder ein Nebenarm des Projekts wie die Evaluation können zeitlich kaum mehr bewältigt werden und werden dadurch trotz intensiven Bemühungen der handelnden Personen immer wieder verschoben. Ein separater Budgetposten für diese Projektmanagementtätigkeiten würde aus Sicht des Evaluationsteams Qualität und Verbindlichkeit des Projektes MehrWert messbar erhöhen.

Eine entsprechende Empfehlung an den Fonds gesundes Österreich ist deshalb, bei Projekten dieser Größenordnung zwingend einen entsprechenden Budgetposten vorzusehen.