

Abschlussbericht

„Gemeinsam Gesund in Lauterach“

Gefördert im Rahmen der „Projektförderung für Gemeinden“
im Bereich Herz-Kreislauf-Gesundheit

Projektnummer: 2041
Projektträger: Marktgemeinde Lauterach
Projektlaufzeit: 1.12.2010 – 31.5.2012
Autorin des Berichts: Mag. Angelika Stöckler, MPH
Datum: 23.7.2012



Inhaltsverzeichnis

1	Zusammenfassung „ Gemeinsam gesund in Lauterach“	4
2	Aktivitäten und Methoden	7
2.1	Schulobstaktionen	8
2.2	Mittagsverpflegung	9
2.2.1	Workshops für Mittagsbetreuerinnen	10
2.2.2	Besichtigung der Mittagsbetreuungseinrichtungen	12
2.3	Ernährungs- und Verbraucherbildung	12
2.4	Maßnahmen für SeniorInnen	13
2.4.1	Offener Mittagstisch und Essen auf Rädern	13
2.4.2	Vernetzungstreffen mit Krankenpflegeverein und MOHI	13
2.5	Veranstaltungen	14
2.5.1	Kochworkshop in der VMS und „Fitmacher für die Pause“	14
2.5.2	Kochkurs für 24-Stunden-Betreuerinnen	14
2.5.3	Vortrag Sport und Ernährung	15
2.5.4	Kochseminar für SportlerInnen mit Eva Wildauer	16
2.5.5	Vater-Kind-Kochen	17
2.5.6	Kochkurs für Jugendliche	18
2.5.7	Qualitätszirkel mit KindergartenpädagogInnen und SpielgruppenleiterInnen	19
2.5.8	Qualitätszirkel mit SchulleiterInnen	19
2.5.9	Vorträge und Workshops im Kindergarten und der Kleinkinderbetreuung	20
2.5.10	Brotbackkurs	21
2.6	Umsetzung weiterer Gesundheitsförderungsangebote	22
2.7	Beteiligung der Zielgruppen	23



2.8	Partnerschaften, Kooperationen und Vernetzungsaktivitäten	23
2.9	Kommunikation und Information	25
2.10	Projekt-Evaluation	26
2.10.1	Befragung zum Ess- und Trinkverhalten von SchülerInnen	26
2.10.2	Rückmeldebogen zur Mittagsverpflegung	29
2.10.3	Kundenbefragung Essen auf Rädern	29
2.10.4	BewohnerInnenbefragung.....	29
3	Nachhaltigkeit	30
4	Maßnahmen im Überblick.....	31
5	Anhang	37

1 Zusammenfassung „Gemeinsam gesund in Lauterach“

Die Gemeinde Lauterach beschäftigte sich in ihrem Gesundheitsförderungsprojekt „Gemeinsam gesund in Lauterach“ mit Kindern, Jugendlichen und Senioren/innen und setzte dabei bewusst den Schwerpunkt im Bereich der Ernährung. Der Vernetzung und Partizipation der Stakeholder sowie dem Empowerment der MultiplikatorInnen wurde im Projekt besonderes Augenmerk geschenkt.

Ziel des Projektes war es, dass mehr Kinder und Jugendliche das Angebot an qualitativ hochwertigen Mittagsmahlzeiten nutzen sowie bedarfsgerechte Zwischenmahlzeiten verzehren, ein „offener Mittagstisch“ für SeniorInnen etabliert und der Zugang zu „Essen auf Rädern“ erleichtert wird.

Aktivitäten

In der Gemeinde wurde die Kerngruppe „Gemeinsam Gesund in Lauterach“ (bestehend aus der Gemeinderätin Frau Barbara Draxler, Dir. Otto Nester als Vertreter der SchulleiterInnen, Judith Längle als Vertreterin der Kinderbetreuungseinrichtungen und Kindergärten, Gerhard Sinz, dem Leiter des Sozialzentrums Lauterach, der Projektassistentin Monika Wolf und der Projektleiterin Angelika Stöckler) etabliert. Die Kerngruppe traf sich zu regelmäßigen Sitzungen, plante und organisierte die Umsetzung folgender Maßnahmen:

Schulobst

In Kindergärten, Volksschulen, der allgemeinen Sonderschule und der Vorarlberger Mittelschule (VMS) wurde EU-gefördertes Schulobst eingeführt. Insgesamt verzehrten die SchülerInnen und Kindergartenkinder im Projektzeitraum über vier Tonnen zusätzliches Obst und Gemüse.

Gesunde Schuljause

Der Küchenleiter des Sozialzentrums kreierte in eigenen Kochworkshops gemeinsam mit SchülerInnen der VMS „Fitmacher für die Pause“, die zweimal wöchentlich in der VMS angeboten wurden. Leider war die Nachfrage im zweiten Schuljahr stark rückläufig (u.a. hatte eine neue Bäckerei in der Nähe der Schule eröffnet) und die Jausenaktion musste daher eingestellt werden.

Mittagsverpflegung

Bei der Zubereitung der Mittagsmahlzeiten für Kinder und Jugendliche orientiert sich das Küchenteam der SeneCura an der „Leitlinie zur Optimierung des Verpflegungsangebotes im Setting Schule“. Zur Qualitätssicherung wurde ein Rückmeldebogen entwickelt. Weiters fanden drei Workshops zum Thema Mittagsbetreuung statt, an denen sich Mittags- und Kleinkinderbetreuerinnen, die Leiterin des Vereins Tagesmütter, der Küchenleiter sowie der Leiter des Sozialzentrums und die Gemeinderätin für Soziales und Gesundheit aktiv beteiligten, die Ist-Situation analysierten und gemeinsam konkrete Handlungsfelder absteckten.

Ernährungs- und Verbraucherbildung

Eine Vernetzung mit regionalen Anbietern landwirtschaftlicher Produkte fand statt. Begleitend zur Schulobstaktion wurde eine Liste mit Angeboten für Schulen, insbesondere für Exkursionen in landwirtschaftliche Betriebe erstellt und den SchulleiterInnen übermittelt. Außerdem erklärten sich die Ortsbäuerinnen bereit, Schulen bei Veranstaltungen zu unterstützen und Imbisse sowie Milchmoder Getränke anzubieten.

Offener Mittagstisch und Essen auf Rädern für SeniorInnen

Der offene Mittagstisch wird im Sozialzentrum Lauterach angeboten. SeneCura hat Gutescheine für die Teilnahme am gemeinsamen Mittagessen sowie für den Bezug von Essen auf Rädern gestaltet, die der Lauteracher Bürgermeister an SeniorInnen verteilt. Sie sollen damit motiviert werden, das Angebot zu testen und bei Bedarf regelmäßig zu nutzen.

Vernetzungstreffen mit Krankenpflegeverein und MOHI

Im Austausch mit Vertreterinnen des Krankenpflegevereins, der mobilen Hauskrankenpflege (MOHI) und dem Projektteam wurden speziell die Bedürfnisse älterer und kranker Menschen diskutiert. Daraus resultierte der Vorschlag, für 24-Stunden-BetreuerInnen einen Kochkurs anzubieten, um sie mit der Zubereitung gesunder, regionaler Gerichte vertraut zu machen. Leider musste die Veranstaltung zweimal mangels Anmeldungen abgesagt werden.

Veranstaltungen

Im Rahmen des Projektes wurden zahlreiche Veranstaltungen wie beispielsweise ein Vortrag und Kochseminar zum Thema „Sport und Ernährung“, Elternnachmittage zum Thema Ernährungserziehung, Workshops für MittagsbetreuerInnen, Kochkurse für Jugendliche bzw. für Väter und ihre Kinder und ein Brotbackkurs angeboten.

Information und Öffentlichkeitsarbeit

Die Bevölkerung wurde v.a. über das Lauterachfenster regelmäßig über die Projektaktivitäten informiert. Informationen sind auch auf der Website der Gemeinde Lauterach und der SeneCura-Homepage ersichtlich.

Beteiligung der Zielgruppen und Vernetzung

Sich untereinander zu vernetzen, sich persönlich kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen sowie gemeinsam zu planen waren im Sinne der Partizipation zentrale Elemente des Gemeindeprojektes „Gemeinsam gesund in Lauterach“, die in allen Bereichen Berücksichtigung fanden.

Evaluation

Es wurde eine Erhebung zum Ess- und Trinkverhalten der Lauteracher SchülerInnen durchgeführt, an der sich 576 SchülerInnen im Rahmen des Unterrichtes beteiligten. Weiters wurden Rückmeldebogen zur Qualitätssicherung der Mittagsmahlzeiten entwickelt und eingesetzt. Für die Zielgruppe der SeniorInnen wurden eine BewohnerInnenbefragung und eine Befragung der Essen-auf-Rädern-KundInnen durchgeführt.

Nachhaltigkeit der Veränderungen

Als Schritte für die Nachhaltigkeit des Projekts sind beispielsweise die Etablierung von Schulobst und die Maßnahmen im Bereich der Mittagsverpflegung zu nennen. Weiters dienten die gemeinsamen Workshops dem Empowerment der Zielgruppen und schufen die Basis für eine konstruktive Zusammenarbeit. Auch die Etablierung des offenen Mittagstisches und die Verteilung von Gutscheinen sichern die Nachhaltigkeit des Projektes „Gemeinsam gesund in Lauterach“.

2 Aktivitäten und Methoden

In der Gemeinde wurde die Kerngruppe „Gemeinsam Gesund in Lauterach“ etabliert. Sie bestand aus der Gemeinderätin Frau Barbara Draxler, Dir. Otto Nester als Vertreter der SchulleiterInnen, der Kindergartenpädagogin Judith Längle als Vertreterin der Kinderbetreuungseinrichtungen und Kindergärten, Gerhard Sinz, dem Leiter des Sozialzentrums Lauterach, Monika Wolf (Projektassistentin) und mir (Angelika Stöckler, Projektleiterin). Wir trafen uns in regelmäßigen Abständen zu Planungssitzungen und Diskussionsrunden. Im Zuge des Projektes wurden zahlreiche Maßnahmen geplant und umgesetzt, die der Vernetzung, Information, Bewusstseinsbildung und der Einübung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils dienen. Über die wesentlichen Maßnahmen und Aktivitäten wird nachfolgend kurz berichtet:

2.1 Schulobstaktionen



In Kindergärten, Volksschulen und der Vorarlberger Mittelschule wurde EU-gefördertes Schulobst eingeführt. Zusätzlich erhielten auch die Kinderbetreuungseinrichtungen zweimal pro Schuljahr je 4-12 Wochen lang Obst und Gemüse. Mit viel Aufwand organisierten wir frisches Obst aus der Region sowie Brettchen und Apfelterier für die Kindergärten und für die Volksschulen, damit das Essen der knackigen Früchte auch während des Zahnwechsels Spaß macht.

Erfreulicherweise fanden die Obst- und Gemüseaktionen bei den Lauteracher Kindern großen Anklang. Insgesamt haben sie im Projektzeitraum zusätzlich über 3532 kg Äpfel, 300 kg Kohlrabi aus Lauterach sowie 356 kg Erdbeeren aus Dornbirn verzehrt. Von den Obst- und Gemüseaktionen profitierten jeweils rund 950 Kinder und Jugendliche.

Zeitraum	Obst/Gemüse	kg
Dez. 2010-Feb. 2011	Äpfel	1688
Mai-Juni 2011	Kohlrabi	200
Mai-Juni 2011	Erdbeeren	166
Okt- Dez 2011	Äpfel	1844
Juni 2012	Kohlrabi	100
Juni 2012	Erdbeeren	190
Summe		4188



2.2 Mittagsverpflegung

Die Nachfrage im Bereich der Verpflegung von Kindern und Jugendlichen steigt von Jahr zu Jahr. Die Ursache sehen die Verantwortlichen einerseits in den gesellschaftlichen und gesellschaftspolitischen Entwicklungen und andererseits im guten Angebot der Mittags- und Ganztagsbetreuung sowie der Qualität des Verpflegungsangebotes.

Im Schuljahr 2011/12 bereitete die Küche des Sozialzentrums rund 1550 Mahlzeiten pro Schulmonat für Kinder und Jugendliche zu. Rund 200 Kinder nutzen regelmäßig das Gemeinschaftsverpflegungsangebot. Die Mittagsmahlzeiten wurden zu 46 Prozent von Kindern aus den Kindergärten und der Kleinkinderbetreuung, zu 38 Prozent von VolksschülerInnen und zu 16 Prozent von SchülerInnen der Vorarlberger Mittelschule konsumiert.



Bei der Zubereitung der Mittagsmahlzeiten für Kinder und Jugendliche orientiert sich das Küchenteam der SeneCura an der „Leitlinie zur Optimierung des Verpflegungsangebotes im Setting Schule“. Weiters waren regelmäßige strukturierte Besprechungen des Küchenteams mit dem Team der Mittagsbetreuerinnen geplant. Da sich das Küchenteam und die Mittagsbetreuerinnen bislang nicht kannten, starteten wir mit einem gemeinsamen Workshop.

2.2.1 Workshops für Mittagsbetreuerinnen

Der Qualitätszirkel mit dem Leiter des Küchenteams, dem Leiter des Sozialzentrums, einer Vertreterin der Gemeinde und den

Mittagsbetreuerinnen (2.12.2010, 14:00 – 16:00 Uhr) diente dem gegenseitigen Kennenlernen und wurde mit einem Impulsreferat zum Thema „Was Kinder brauchen, was Kinder mögen“ (Angelika Stöckler) eröffnet. Erfahrungsaustausch und eine gemeinsame Analyse der Ist-Situation in den einzelnen Institutionen, die Mittagsbetreuung anbieten, folgten. Die Ideenbörse und die Planung der weiteren Vorgangsweise rundeten die Veranstaltung, an der 16 Personen teilnahmen, ab.

Daraus resultierten die **Entwicklung eines Rückmeldebogens zur Qualitätssicherung** der warm ausgelieferten Mittagsmenüs (siehe 2.10 Projekt-Evaluation) und der Wunsch nach einem weiteren **Workshop für alle Mittagsbetreuerinnen**, da diese eine entscheidende Rolle spielen, wenn es darum geht, Kindern gesunde Mahlzeiten schmackhaft zu machen. Der Rückmeldebogen kam im Februar und März 2011 zum Einsatz und gab dem Küchenteam vor allem Aufschluss über die Beschaffenheit und Qualität der vorbereiteten Mahlzeiten zum Zeitpunkt der Essensausgabe und über den Anklang, den sie bei den Kindern fanden. Da Essensreste vor Ort in den Schulen entsorgt werden und die Transportbehälter ausgewaschen in die Küche zurückkommen, fehlten dem Küchenteam bislang jegliche Informationen.

Am zweiten **Workshop/Qualitätszirkel zum Thema Mittagsbetreuung** (2.5.2011, 14-16:00 Uhr) nahmen mit Mittags- und Kleinkinderbetreuerinnen, dem Küchenleiter, dem Leiter des Sozialzentrums, der Gemeinderätin Barbara Draxler sowie der Leiterin der Tagesmütter insgesamt 16 Personen teil.

- Nach einer Genussübung folgten ein Impulsreferat zum Thema „So kommen Kinder auf den Geschmack“ und ein Ernährungsquiz. Vorträge und Moderation: Angelika Stöckler. Die weiteren Themen, die gemeinsam in Form eines World-Cafes bearbeitet wurden, waren:
 - Mittagsverpflegung
 - Bildungsauftrag der Schulen
 - Erwartungen der Eltern
 - Herausforderung für Küchenpersonal und Mittagsbetreuerinnen
 - Verantwortung und Chance für Geschmacksbildung und Gesundheit

Abschließend wurden die **Handlungsfelder** abgesteckt:

- Wie soll das Angebot aussehen? Beitrag der Küche
- Welchen Beitrag leisten die MittagsbetreuerInnen? Wie tragen sie bei, dass das Essen ankommt?
- Welche Informationen erhalten die Eltern?

Die Veranstaltung wurde von den Teilnehmerinnen als Bereicherung gesehen. Sie stärkte das Verständnis füreinander und ließ alle gemeinsam nach Möglichkeiten suchen, die Verpflegung und die Mittagsbetreuung für Kinder und Jugendliche so hochwertig und angenehm wie möglich zu gestalten.

Es wurde vereinbart, dass – neben dem Einsatz des Rückmeldebogens zur Qualitätssicherung – MittagsbetreuerInnen und Küchenteam auch anlassbezogen telefonischen Kontakt halten.

Der **dritte Qualitätszirkel für MittagsbetreuerInnen** fand im Beisein des Küchenleiters und des Leiters des Sozialzentrums im Mai 2012 statt. Es wurden die Veränderungen, die sich im Zuge des Projektes ergeben haben und die aktuelle Ist-Situation besprochen. Nach wie vor auffallend war, dass bestimmte Speisen in einzelnen Betreuungseinrichtungen sehr gut ankommen, in anderen wiederum weniger. Hier wurden altersbedingte Unterschiede ausgemacht. Doch auch die Warmhaltezeiten und die Art der

Ausgabe spielen eine wesentliche Rolle. Der Austausch zwischen Küchenteam und MittagsbetreuerInnen soll über das Projekt hinaus beibehalten werden. Der Verein Tagesmütter – zuständig für die MittagsbetreuerInnen – plant Weiterbildungsveranstaltungen zu Themen wie Ernährung, Gesundheitsförderung und Erziehung.

2.2.2 Besichtigung der Mittagsbetreuungseinrichtungen

Mit der Vizebürgermeisterin Doris Rohner und der Gemeinderätin Barbara Draxler besichtigte Angelika Stöckler am 7.2.2012 und am 20.3.2012 die Mittagsbetreuungseinrichtungen der Gemeinde. Gemeinsam mit den MittagsbetreuerInnen und der Schulleitung wurde die jeweilige Ist-Situation analysiert und die Möglichkeiten für allfällige Veränderungen wurden ausgelotet.

2.3 Ernährungs- und Verbraucherbildung

- In einem gemeinsamen Kochworkshop kreierte Alex Kirschner, der SeneCura-Küchenleiter, gemeinsam mit SchülerInnen der VMS einen „Power-Snacks für die Pause“, die in der Folge zweimal wöchentlich angeboten wurden.
- In der VMS wurde im Unterricht mit der Ernährungspyramide und dem Ernährungsquiz gearbeitet.
- Die Volksschulen machen bei den Genussdetektiven und bei KiVi-Kids... vital mit.
- Eltern wurden im Rahmen von Elternnachmittagen in Kindergärten und Kleinkinderbetreuungseinrichtungen informiert.
- Eine Vernetzung mit regionalen Anbietern landwirtschaftlicher Produkte fand statt. Neben der Schulobstaktion mit Obst und Gemüse aus Lauterach sowie aus dem benachbarten Dornbirn wurden Schulen, Kindergärten und Kleinkinderbetreuungseinrichtungen über die Angebote „Schule auf dem

Bauernhof“ und die Angebote regionaler landwirtschaftlicher Betriebe informiert.

Die Ortsbäuerinnen erklärten sich bereit, Schulen bei Veranstaltungen zu unterstützen und Imbisse sowie Milchmixgetränke anzubieten.

2.4 Maßnahmen für SeniorInnen

2.4.1 Offener Mittagstisch und Essen auf Rädern

Der offene Mittagstisch wird im Sozialzentrum Lauterach angeboten. SeneCura hat Gutescheine für die Teilnahme am gemeinsamen Mittagessen sowie für den Bezug von Essen auf Rädern gestaltet, die der Lauteracher Bürgermeister an SeniorInnen verteilt. Sie sollen damit motiviert werden, das Angebot zu testen und bei Bedarf regelmäßig zu nutzen.

Die Nachfrage an „Essen auf Rädern“ steigt kontinuierlich und lag im Jahr 2011 bei rund 800 Mahlzeiten pro Monat.

2.4.2 Vernetzungstreffen mit Krankenpflegeverein und MOHI

Im Austausch mit Vertreterinnen des Krankenpflegevereins, der mobilen Hauskrankenpflege (MOHI) und dem Projektteam wurden speziell die Bedürfnisse älterer und kranker Menschen diskutiert. Die Verteilung der Essensgutscheine für den offenen Mittagstisch und für Essen auf Rädern wurde sehr begrüßt.

2.5 Veranstaltungen

2.5.1 Kochworkshop in der VMS und „Fitmacher für die Pause“

Alex Kirschner, Küchenleiter des Sozialzentrums, kreierte in eigenen



Kochworkshops gemeinsam mit SchülerInnen der VMS

„Fitmacher für die Pause“. Nach einigen Tests und kritischen

Verkostungen standen

Gemüsesticks mit Dip und fein belegte Pausenbrote mit

Schinken, Käse, Gemüse und Salat als Favoriten fest.

Zubereitung und Lieferung erfolgten zweimal wöchentlich

durch das Sozialzentrum

Lauterach. Durchschnittlich

wurden etwa 50 Portionen

konsumiert. Im Schuljahr 2011/12



wurden die „Fitmacher für die Pause“ zu Schulbeginn angeboten. Da die Nachfrage jedoch stark zurückgegangen war, musste das Angebot wieder eingestellt werden. Eine der möglichen Ursachen: In unmittelbarer Nähe der Schule hatte eine Bäckerei eine Filiale mit einem umfassenden Jausenangebot eröffnet.

2.5.2 Kochkurs für 24-Stunden-Betreuerinnen

Alex Kirschner, der Küchenleiter des Sozialzentrums bot auf Wunsch der Hauskrankenpflegerinnen für Mitarbeiterinnen des Betreuungspools einen Kochkurs unter dem Titel „So isst ma im Ländle“ an.

Die Hauskrankenpflegerinnen stellten fest, dass die in der Regel ausländischen Betreuerinnen trotz größter Bemühungen die geschmacklichen Vorlieben der betreuten Senioren und Seniorinnen nur selten treffen. Den Grund sahen sie in den unterschiedlichen landestypischen Speisen sowie den Zubereitungsarten und der Auswahl der Gewürze.

Der ursprünglich für Samstag, 28.5.2011 terminierte Kochkurs musste jedoch leider aufgrund zu geringer Anmeldezahlen verschoben werden. Als Gründe für die geringen Anmeldezahlen wurden der Wechsel der Betreuerinnen und die fehlende Angabe, dass eine Dolmetscherin beim Kurs dabei ist, sowie der Selbstbehalt von 5 Euro genannt. Da jedoch der Bedarf an diesem Kurs zweifellos gegeben war und die Betreuerinnen auch ihr grundsätzliches Interesse bekundet hatten, wurde er erneut ausgeschrieben.

Der Kochkurs wurde am 24.5.2012 mit Dolmetscherin sowie für die TeilnehmerInnen kostenlos angeboten. Leider konnte auch der zweite Kurs nicht stattfinden, da sich nur zwei Betreuerinnen angemeldet hatten.

2.5.3 Vortrag Sport und Ernährung

Mit ihrem Vortrag unter dem Titel „Wertvoll essen für Mehr Spaß und Erfolg an der Bewegung“ wandte sich Frau Mag. Eva Wildauer vom Olympiazentrum Vorarlberg am 6.4.2011 im Veranstaltungssaal der VMS Lauterach an alle sportlich Interessierten.



Sie zeigte auf, dass Ernährung und Sport untrennbar miteinander verbunden sind. Für jede Sportart gilt: „Ohne den richtigen Treibstoff fehlt die Energie für gute Leistung!“

Frau Wildauer informierte über die optimale Wahl geeigneter Speisen und Getränke sowie die Abstimmung der Essenszeiten auf das Training. Speziell ihre praktischen Tipps für den Sportalltag versprachen mehr Spaß und Erfolg bei Bewegung und Sport.

2.5.4 Kochseminar für SportlerInnen mit Eva Wildauer

Dem Vortag folgte am 21.5.2011 von 10:00-13:00 Uhr ein Kochseminar.

In diesem erfuhren die Teilnehmerinnen unter anderem was sie nach dem Sport essen und trinken sollten und was leicht und bekömmlich sowie schnell zuzubereiten ist. Nicht nur schmackhaft sollten die Speisen und Getränke sein, sondern überdies alle notwendigen Nährstoffe enthalten, um die entleerten Speicher wieder zu füllen und beanspruchte Strukturen zu reparieren.

Die TeilnehmerInnen befassten sich speziell mit Nährstoffen, die der Körper in der Phase der Regeneration braucht. Alle erhielten Rezepte mit Tipps und Tricks für die schnelle Speisenzubereitung. Sie konnten sich von den Demonstrationen inspirieren lassen und sich mit der erfahrenen Sportlerin und Ernährungswissenschaftlerin austauschen.

2.5.5 Vater-Kind-Kochen

Unter dem Titel „Das perfekte Muttertagsdinner“ veranstaltete der Kindergarten Weißenbild am 6. Mai 2011 in der Küche der VMS Lauterach ein Vater-Kind-Kochen und eine Überraschungsparty für die Mamas.

Mit selbst bemalten Schürzen und Kochhauben folgten Kinder und Väter genau den Anweisungen von Chefkoch Alexander Kirschner. Dieser hatte schon im Vorfeld alles bis aufs kleinste Detail vorbereitet.

Sowohl die Kinder als auch die Papas hatten große Freude am Schneiden und Kochen. Zur Vorspeise bereiteten sie ein feines Bärlauchsüppchen. Als Hauptspeise servierten die jungen Köche und Köchinnen Maishähnchen mit mediterranem Gemüse sowie Eiernüdele und Spargel. Der krönende Abschluss bildete ein erfrischender „Coup Mama“.

Zwischen Hauptspeise und Nachspeise gaben die Kinder mit Unterstützung der Papas ihre Muttertagslieder und ihr Muttertagsgedicht zum Besten. Als Geschenk und besondere Erinnerung überreichten die Kinder ein selbst gestaltetes Kochbuch mit den Lieblingsspeisen der Mütter und Kinder.



2.5.6 Kochkurs für Jugendliche

Auf Wunsch zahlreicher Jugendlicher plante Alex Kirschner, der Küchenleiter des Sozialzentrums, einen Kochkurs für junge Leute.

Er lockte die jungen Leute mit „einem Streifzug durch die Küchen der Welt“. Cooles Finger-Food wie amerikanische Burger, mexikanische Fajitas, gefülltes türkisches Fladenbrot und ein fetziger Drink standen auf dem Programm. Die Veranstaltung fand – wie von einigen Jugendlichen gewünscht – am Samstag Mittag von 11:00 – 14:00 Uhr in der Küche der VMS Lauterach statt. Der Selbstbehalt betrug 8 € pro Person.

Plakate wurden in Schulen und im Jugendtreff aufgehängt und Flyer verteilt. Zwei Tage vor dem geplanten Termin mussten wir den Kurs leider mangels Anmeldungen absagen. Kaum abgesagt, trudelten zahlreiche Anmeldungen ein und die Jugendlichen zeigten sich höchst überrascht und enttäuscht, dass der Kurs nicht stattfand. Das Projektteam analysierte die Situation und kam zum Schluss, den Jugendlichen, die sich sehr spontan und kurzfristig entscheiden, ein neuerliches Angebot zu machen.

Der zweite Versuch klappte hervorragend. Neben Plakaten und Flyern bewarben einige Jugendliche den Kurs via Mail und Facebook. Damit hatten wir innerhalb von zwei Tagen 12 Anmeldungen und begeisterte KursteilnehmerInnen. Ausschreibung und Rezepte siehe Beilage.



2.5.7 Qualitätszirkel mit KindergartenpädagogInnen und SpielgruppenleiterInnen

Am 19.9.2011 trafen sich die Projektleiterin und die KindergartenpädagogInnen sowie die SpielgruppenleiterInnen im Kindergarten „Sunnadörfle“. Sie beschäftigten sich mit den Zwischenmahlzeiten in Kindergärten und Betreuungseinrichtungen. Alle waren sich einig: Beim Großteil der Eltern mangelt es am Bewusstsein, dass sie durch ihr eigenes Verhalten und durch auch durch die Zusammenstellung der täglichen Zwischenmahlzeiten das Essverhalten ihrer Kinder entscheidend prägen. Es wurden gemeinsam Elternnachmittage geplant und die Inhalte abgesteckt.

2.5.8 Qualitätszirkel mit SchulleiterInnen

Zur Projektbesprechung und der gemeinsamen Planung weiterer Schritte trafen sich die SchulleiterInnen der VS Unterfeld, der VS Dorf und der VMS Lauterach mit dem Projektteam. Gemeinsam wurden Veranstaltungen und die Durchführung der Erhebung des Essverhaltens der Lauteracher SchülerInnen geplant.



2.5.9 Vorträge und Workshops im Kindergarten und der Kleinkinderbetreuung

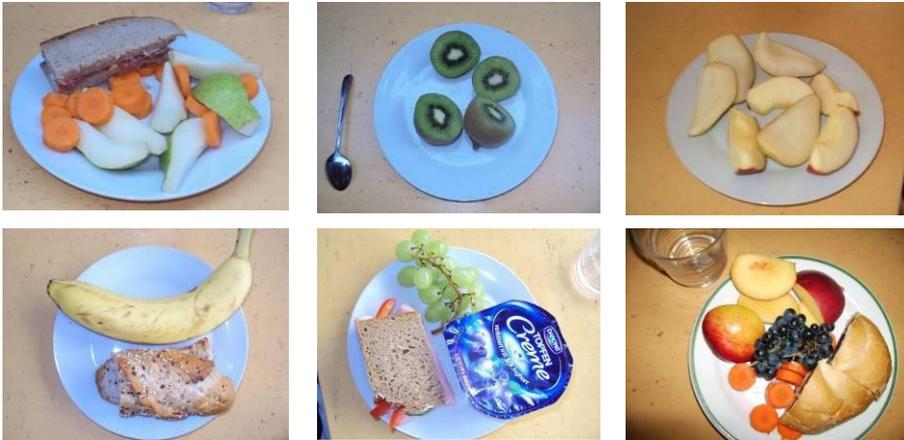


Zu den Themen Ernährungserziehung und „liebevolle Be- und Erziehung“ fand am 6.10.2011 ein **Elternnachmittag im Kindergarten und der Kleinkinderbetreuung des Sozialzentrums** statt. Das Referat „Ernährungserziehung und Genusserschulung“ sowie die Workshopleitung übernahm Angelika Stöckler. Zum Thema „liebevolle Be- und Erziehung“ referierte die Familientrainerin Alise Böhni. An der Veranstaltung nahmen rund 50 Eltern teil, die sehr interessiert waren und aktiv im gemeinsamen Workshop mitarbeiteten. Vorbereitend hatten die Kindergartenpädagoginnen einige Schnappschüsse von Jausendosen gemacht (siehe Fotos am linken Rand). Diese legten wir den Eltern vor und baten sie in einer Gruppenarbeit um ihre Verbesserungsvorschläge. Es zeigte sich, dass die Eltern grundsätzlich über relativ gute Ernährungskennntnisse verfügen, sich jedoch sehr leicht von der Werbung verleiten lassen. Unter anderem entstanden Diskussionen, als die Betreuerinnen darüber informierten, dass die Kinder ihre mitgebrachten Zwischenmahlzeiten sehr häufig untereinander tauschen. Damit wurde allen klar, dass Essen und Trinken in Kleinkinderbetreuungseinrichtungen, Kindergärten und Schulen keine reine Privatsache ist und dass gruppendynamische Prozesse wirken.

Aufgrund der guten Resonanz veranstaltete auch die **Kinderbetreuung Vogelnestle** am 16.11.2011 einen **Elternnachmittag** zu den Themen „Ernährungserziehung“ und „liebevolle Be- und Erziehung“ an dem rund 20 Eltern teilnahmen.



Jausenfotos ein halbes Jahr nach den Ernährungsworkshops



2.5.10 Brotbackkurs

Am 8.11.2011 lud Gerhard Sinz von 18:00 – 22:00 Uhr in der Küche der VMS Lauterach zum Brotbacken. Der ausgebildete Bäcker und Leiter des Sozialzentrums, gab in seinem Brotbackkurs seine beliebtesten Rezepte und knifflige Tricks weiter. Die begeisterten TeilnehmerInnen arbeiteten eifrig mit und freuten sich über das tolle Backergebnis.



2.6 Umsetzung weiterer Gesundheitsförderungsangebote



Erfreulicherweise waren die Kindergärten und Schulen höchst motiviert, wenn es um Gesundheitsförderung ging.

Beispielsweise nahmen alle VS- und ASO-Klassen der Gemeinde seit Schuljahresbeginn 2011/12 am Projekt KiVi-Kids...vital teil und setzten im

Unterricht regelmäßig Impulse für mehr Wohlbefinden und Gesundheit. In beiden Volksschulen wird „Gesunde Ernährung an der Grundschule“ als unverbindliche Übung angeboten.



Im Sinne der Bewusstseinsbildung waren die SchülerInnen der VS-Dorf in detektivischer Arbeit dem Genuss auf der Spur und versuchten zu ertasten, zu riechen, zu schmecken und zu hören, was in unseren Lebensmitteln steckt.



Unterstützt wurden sie dabei von Eltern, Lehrpersonen und von Birgit Hämmerle von der aks Gesundheitsvorsorge GmbH.



2.7 Beteiligung der Zielgruppen

- Im Rahmen der Schulobstaktionen wurden mit mehr als vier Tonnen Obst- und Gemüse aus Lauterach und dem benachbarten Dornbirn jeweils 950 Kinder in Lauterach erreicht.
- Die von den SchülerInnen gemeinsam mit dem SeneCura-Küchenleiter kreierten „Fitmacher für die Pause“ standen in der VMS-Lauterach jeweils 293 SchülerInnen und ihren Lehrpersonen zur Verfügung.
- An den Workshops für MittagsbetreuerInnen nahmen insgesamt 16 Personen (Tagesmütter, Kindergartenpädagoginnen und Küchenpersonal) teil. Indirekt profitieren davon alle Kinder, die an der Gemeinschaftsverpflegung teilnehmen.
- Beim Kochkurs für Väter und Kinder waren 30 Personen in der Küche aktiv und 15 Mamas durften als Gäste dabei sein.
- An den Veranstaltungen zum Thema Sport und Ernährung nahmen über knapp 40 Personen teil.
- Bei den Genussdetektiven in der VS-Dorf waren 300 SchülerInnen und 10 Elternteile sowie 12 Lehrpersonen dabei. Von den KiVi-Übungen profitieren 500 SchülerInnen der beiden Volksschulen.
- Die Gutscheine für den Offenen Mittagstisch und für Essen auf Rädern wurden und werden weiterhin vom Bürgermeister an SeniorInnen verteilt.
- Die regelmäßigen Beiträge im Lauterachfenster richten sich an die gesamte Gemeinde mit knapp 10.000 Einwohnern.

2.8 Partnerschaften, Kooperationen und Vernetzungsaktivitäten

Sich untereinander zu vernetzen, sich persönlich kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen sowie gemeinsam zu planen sind im Sinne der Partizipation zentrale Elemente des Gemeindeprojektes „Gemeinsam gesund in Lauterach“. Im Berichtszeitraum sind insbesondere folgende Vernetzungsaktivitäten zu nennen:

- Partnerschaften mit regionalen Bauern, die Obst- und Gemüse in Schulen und Kindergärten lieferten. Aufgrund der kleinbäuerlichen Strukturen in Lauterach war es relativ schwierig, Lieferanten für größere Obst- und Gemüsemengen zu finden. → Ein Bauer baute ganz speziell für unsere Kinder Kohlrabi an und stellte diese im Rahmen der Schulobstaktion erntefrisch zu.
- Partnerschaft mit Ortsbäuerinnen → Sie bieten Imbisse und Milchmixgetränke für spezielle Schulveranstaltungen an.
- Vernetzung mit Schulen → Jausencreation, Einführung eines gesunden Jausenangebotes, „Genussdetektive“ zur Sinnesschulung, Schulobstaktionen mit Apfelteilern und Brettchen.
- Vernetzung mit Kindergärten → Vater-Kind-Kochkurs, Obstaktionen.
- Vernetzung des Küchenteams mit MittagsbetreuerInnen des Vereins Tagesmütter und mit Kindergartenpädagoginnen → Analyse der Ist-Situation, gemeinsamer Optimierungsprozess.
- Vernetzung mit regionalen Sportvereinen → Vortrag und Kochworkshop zum Thema Sport und Ernährung.
- Vernetzung mit Krankenpflegeverein und MOHI → Gutscheine für offenen Mittagstisch sowie für Essen auf Rädern; Organisation eines Kochkurses für 24-Stunden-Betreuerinnen.

2.9 Kommunikation und Information

Das Projektteam informierte die jeweiligen PartnerInnen über alle relevanten Projektvorhaben, Aktivitäten und Ergebnisse.

Die Gemeinderätin Frau Barbara Draxler kommunizierte mit der Gemeinde und der von ihr geleiteten Arbeitsgruppe „Gesundheitsprophylaxe“. Direktor Otto Nester fungierte als Sprachrohr zu den SchulleiterInnen und Lehrpersonen, die Vertreterin Kindergärten und Kinderbetreuungseinrichtungen Judith Längle gab die Informationen an ihre Kolleginnen weiter und Gerhard Sinz, der Leiter des Sozialzentrums stand in regelmäßigem Austausch mit dem Küchenteam sowie dem Krankenpflegeverein und dem mobilen Hilfsdienst.

Die Eltern wurden beispielsweise in Form von Elternbriefen über die Schulobstaktionen informiert. Weitere Informationen gab es auf den Websites der Gemeinde Lauterach sowie SeneCura-Haus Lauterach. Die Bevölkerung konnte sich im „Lauterachfenster“ über die Projektaktivitäten informieren.

„Lauterachfenster“	Thema des Beitrages
Nov.- Dez. 2010	Obst und gesunde Jause
Jänner 2011	Wertvoll essen – gemeinsam gesund in Lauterach
Februar 2011	Besser essen und trinken – leichter lernen
März 2011	Gesund und erfolgreich durchs Schuljahr
April 2011	Auf dem Weg zur gesunden Gemeinde
Mai 2011	„Genussvoll G´gesund“ bei SeneCura
Juni 2011	Das perfekte Muttertagsdinner
Juli/August 2011	Genuss-Detektive

Oktober 2011	Der Herbst macht´s bunt und gesund (Schulobst)
November 2011	Neues Kindergartenjahr hat begonnen
November 2011	Gemeinsam kochen und backen
Dezember 2011	Rezept für´s Brotbacken
Februar 2012	KiVi ... Kids vital!
Mai 2012	Kochen wie Jamie Oliver
Mai 2012	Kochkurs: „So isst ma im Ländle“

Die jeweiligen Beiträge sind im Anhang 1 zusammengefasst und auch unter <http://www.lauterach.at/de/rathaus/lauterachfenster/downloads/> aufrufbar.

2.10 Projekt-Evaluation

2.10.1 Befragung zum Ess- und Trinkverhalten von SchülerInnen

Im Dezember 2011 und im Jänner 2012 wurden 576 SchülerInnen im Alter von 6-14 Jahren der Volksschulen Dorf und Unterfeld sowie der Vorarlberger Mittelschule Lauterach zu ihrem Essverhalten befragt.

Für die Volksschule Dorf und für die ersten beiden Klassen der Volksschule Unterfeld wurde ein verkürzter Fragebogen entwickelt und in Papierform ausgeteilt. Die 3. und 4. Klassen der VS Unterfeld sowie die SchülerInnen der VMS füllten den kompletten Fragebogen im Unterricht unter Anleitung der PädagogInnen aus. Die Daten der manuell ausgefüllten Fragebogen wurden anschließend von SchülerInnen der VMS in eine vorbereitete Maske eingegeben. Die Ergebnisse wurden im Rahmen der Projektteamsitzung sowie den SchulleiterInnen präsentiert und sie ergingen an die Gemeinde. Fragebogen, Bericht und Präsentation siehe Anhang. Die wichtigsten Ergebnisse sind nachfolgend kurz zusammengefasst.

Frühstücksverhalten

Zwei Drittel der VolksschülerInnen und die Hälfte der MittelschülerInnen geben an, zum Frühstück etwas gegessen und getrunken zu haben. Je 12% der VolksschülerInnen gehen nüchtern zur Schule bzw. trinken in der Früh lediglich etwas. In der Mittelschule sind es 13% die nüchtern und 20% die nur mit einem Getränk im Magen zur Schule kommen. Während von den Mädchen der VMS 16% ohne Frühstück zur Schule gehen, tun dies lediglich 11% der Burschen. Drei Viertel der SchülerInnen frühstücken gemeinsam mit anderen Personen ihrer Familie, 17% essen zuhause alleine und 2,5% auf dem Weg zur Schule. Die Zusammensetzung des Frühstücks ändert sich mit zunehmendem Alter. Bei den 10jährigen geht der Brotkonsum zugunsten von Frühstückscerealien zurück und Schokoaufstriche gewinnen vor Marmelade und Honig an Beliebtheit.

Schuljause

88% der Volksschulkinder und 67% der SchülerInnen der VMS stärken sich in der Pause mit einer Zwischenmahlzeit. 2% der Mittelschülerinnen verbringen den gesamten Schulvormittag nüchtern, da sie weder frühstücken (auch nichts trinken) noch eine Vormittagsmahlzeit einnehmen.

Wie die Erhebung zeigte, ist der Obstkonsum in der Schule generell sehr gering. 1/3 der VolksschülerInnen und lediglich 7% der SchülerInnen der VMS essen Obst oder Gemüse als Zwischenmahlzeiten. Unter diesem Aspekt kommt den Schulobstaktionen und bewusstseinsbildenden Maßnahmen eine besondere Bedeutung zu.

Wasser ist in der Schule das Getränk Nummer 1. 86% der VolksschülerInnen und 81% der MittelschülerInnen trinken in der Schule Wasser.

Mittagessen

Von den VolksschülerInnen essen zwei Drittel mit ihrer Familie, wenn sie nachmittags Unterricht haben, 20% verbringen die Mittagszeit in der Schule, je 3% bei Großeltern und bei Freunden und niemand alleine zuhause oder in der

Umgebung der Schule. Auch von den MittelschülerInnen verbringen zwei Drittel ihre Mittagspause gemeinsam mit anderen Familienmitgliedern zu Hause, wenn Sie am Nachmittag Unterricht haben. 13% bleiben in der Schule, 4% halten sich in der Umgebung der Schule auf, 5% sind alleine zu Hause und 4% verbringen die Mittagspause bei FreundInnen. Speziell bei den MittelschülerInnen sind weitere Anstrengungen notwendig, um sie für das Mittagessen in der Schule zu begeistern. Persönliche Beziehungen zu den MittagsbetreuerInnen und zum Küchenpersonal (beispielsweise durch gemeinsame Kochkurse), ein angenehmes Klima und das Angebot von speziellen Lieblings Speisen können einen Beitrag dazu leisten

Familienmahlzeiten und Fernsehkonsum

9% der VolksschülerInnen und 12% der MittelschülerInnen frühstücken grundsätzlich vor dem Fernseher. Das Mittagessen wird bei 13% der VS-Kinder sowie bei 17% der MittelschülerInnen immer vom laufenden Fernseher begleitet. Das Abendessen nehmen 20% der VolksschülerInnen und 22% der MittelschülerInnen grundsätzlich vor dem Fernseher ein. Sowohl bezüglich der Frühstück- und Jausengewohnheiten als auch hinsichtlich des Fernsehkonsums bei den Mahlzeiten scheint auch zukünftig Informations- und Aufklärungsbedarf.

Lieblingsspeisen

Die Hitliste der Lieblingsspeisen führen Nudelgerichte (186 Nennungen) vor Pizza (120) und Wienerschnitzel (53) an. Bei den Lieblingsgetränken steht Wasser (138) vor Cola (134) und Tee (76) an der Spitze. Da Nudelgerichte jeder Art bei den Kindern besonders beliebt sind, sollten diese regelmäßig – bevorzugt mit Gemüsesaucen – in den Speiseplan der Gemeinschaftsverpflegung eingebaut werden.

2.10.2 Rückmeldebogen zur Mittagsverpflegung

Zur Qualitätssicherung der warm ausgelieferten Mittagsmenüs wurde ein Rückmeldebogen entwickelt. Dieser kam im Februar und März 2011 zum Einsatz und soll auch zukünftig phasenweise Verwendung finden.

Da Essensreste vor Ort in den Schulen entsorgt werden und die Transportbehälter ausgewaschen in die Küche zurückkommen, fehlten dem Küchenteam bislang jegliche Informationen. Dank des Rückmeldebogens erhält das Küchenteam vor allem Aufschluss über die Beschaffenheit und Qualität der vorbereiteten Mahlzeiten zum Zeitpunkt der Essensausgabe und über den Anklang, den die Komponenten bei den Kindern finden.

Rückmeldebogen siehe Anhang.

2.10.3 Kundenbefragung Essen auf Rädern

Die **Kundenbefragung** jener Personen, die regelmäßig **Essen auf Rädern** beziehen, wurde im Dezember 2010 durchgeführt. 36 Personen erhielten einen Fragebogen. 29 ausgefüllte Fragebogen wurden retourniert. Wie den Ergebnissen zu entnehmen ist, sind mehr als 90 % der KundInnen sowohl mit dem gesamten Service als auch mit der Qualität und dem Geschmack der Mahlzeiten zufrieden. Ergebnisse siehe Anhang.

2.10.4 BewohnerInnenbefragung

Im November 2011 wurde im Sozialzentrum Lauterach durch eine Studentin des Management Centrums Innsbruck eine **BewohnerInnenbefragung zu deren Ernährungsgewohnheiten und Zufriedenheit mit dem aktuellen Angebot** durchgeführt. Die Resultate lassen auf eine hohe Zufriedenheit mit dem Verpflegungsangebot, den Essenszeiten und mit der Küche schließen.

81 % der SeniorInnen geben an, dass auf ihre persönlichen Wünsche hinsichtlich der Essenszeiten eingegangen wird. Auffallend ist, dass nur der

Hälfte der BewohnerInnen bewusst ist, dass sie auf Wunsch jederzeit eine Zwischenmahlzeit erhalten.

88% versichern, dass die Portionsgrößen nach ihren Wünschen gerichtet werden und dass sie mit der Menüauswahl zufrieden sind. Zwei Drittel der Befragten beurteilen den Speiseplan hinsichtlich Abwechslung mit den Schulnoten 1 und 2. Den Geschmack der Speisen beurteilen 42% als sehr gut und 31% als gut. 81% sind mit der Temperatur und 77% mit dem Aussehen der Speisen höchst zufrieden. Sowohl das Küchen- als auch das Servierpersonal werden mit Bestnoten beurteilt. Details siehe Anhang.

3 Nachhaltigkeit

- Im Projektumfeld ist das Interesse an Ernährungs- und Gesundheitsthemen deutlich gestiegen. Beispielsweise werden Kindergärtnerinnen und Lehrpersonen selbst aktiv und fragen nach Beratung, Unterlagen, Elternabenden, Angeboten für Kinder.
- Die Etablierung von Schulobst durch regionale AnbieterInnen ermöglichen eine Weiterführung durch die Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen.
- Die gemeinsamen Workshops des Küchenpersonals und der MittagsbetreuerInnen des Vereins Tagesmütter sowie der Kindergartenpädagoginnen dienten der Vernetzung und dem Empowerment der Zielgruppen. Sie schufen damit die Basis für eine konstruktive Zusammenarbeit.
- Der Rückmeldebogen zu den Mittagsmahlzeiten, der phasenweise zum Einsatz kommt, dient als Mittel zur Qualitätssicherung.
- Das Küchenteam reduzierte die Warmhaltezeiten und bereitet die Mittagsmahlzeiten in zwei Etappen zu.
- Der Verein Tagesmütter, der in Lauterach die Mittagsbetreuung durchführt, plant konkrete Weiterbildungsangebote in den Bereichen Gesundheit, Ernährung und Erziehung.



- Die Etablierung des offenen Mittagstisches und die Verteilung von Gutscheinen leisten einen Beitrag zur Nachhaltigkeit des Projektes „Gemeinsam gesund in Lauterach“.
- Die Arbeitsgruppe Gesundheitsprophylaxe unter der Leitung von Gemeinderätin Barbara Draxler engagiert sich weiterhin für gesundheitliche Belange.
- Bürgermeister Rhomberg plant bei einem der nächsten Bürgermeisterseminare des Fonds gesundes Österreich dabei zu sein.

4 Maßnahmen im Überblick

Termin	Maßnahme	TN	Kommentar
Feb-Dez 2010	Projektplanung und Vorbereitung durch Bürgermeister Elmar Rhomberg und Projektteam, Antragstellung.	7	
Nov. 2010	Lauterachfenster: Obst und gesunde Jause Lauterach.vol.at: Obstaktion für Lauteracher Kinder		Öffentlichkeitsarbeit
Nov 2010 – Feb 2011	1 Schulobstaktion: 1688 kg Äpfel wurden verteilt. Eltern wurden über Elternbrief informiert. Selbstbehalt pro Kind: 1 €.	950	
2.12.2010	Qualitätszirkel zum Thema Mittagsbetreuung und Verpflegung: (14:00 – 16:00 Uhr); Vortrag „Was Kinder brauchen, was Kinder mögen“ und Moderation: Angelika Stöckler. TeilnehmerInnen: Mittags- und Kleinkinderbetreuerinnen, Küchenleiter, Leiter des Sozialzentrums, Gemeinderätin, Leiterin der Tagesmütter.	16	Gemeinsame Analyse der Ist-Situation in den einzelnen Institutionen, die Mittagsbetreuung anbieten, zeigte den dringenden Bedarf an weiterer Vernetzung und regelmäßigem Austausch.
7.12.2010	Projektteamsitzung	6	
Dez 2010	Kundenbefragung Essen auf Rädern Durchgeführt im Rahmen persönlicher Besuche durch den Küchenleiter.	36	Ergebnisse siehe Anhang.
Dez 2010	Blättele: Gesunde Jause für Kinder		Öffentlichkeitsarbeit



Dez 2010 – Feb 2011	Kochworkshop zum Thema Schuljause (mit Alex Kirschner) und Einführung der gemeinsam kreierten „Fitmacher für die Pause“ in der VMS Lauterach: Gemüsesticks mit Dip und Jausenbrötchen, Zubereitung und Lieferung: Sozialzentrum Lauterach.	50	Angebot 2x wöchentlich, jeweils parallel zu den Schulobstaktionen. Verkauft wurden je 25 Portionen Gemüsesticks mit Dip und 25 Brötchen zum Preis von je 1,5 €.
Jän 2011	Lauterachfenster: „Wertvoll essen – gemeinsam gesund in Lauterach“		Öffentlichkeitsarbeit
28.2.2011	Projektteamsitzung	6	
Feb 2011	Lauterachfenster: „Besser essen und trinken – leichter lernen“		Öffentlichkeitsarbeit
Feb-März 2011	Qualitätssicherung: Einsatz des Rückmeldebogens im Rahmen der Mittagsverpflegung	300	betrifft rund 1550 Kinder- und Schülermahlzeiten pro Schulmonat
März 2011	Lauterachfenster: „Gemeinsam gesund in Lauterach – Gesund und erfolgreich durchs Schuljahr“		Öffentlichkeitsarbeit
6.4.2011	Vortrag „Wertvoll essen für mehr Spaß und Erfolg an der Bewegung“ mit Mag. Eva Wildauer, Ernährungswissenschaftlerin des Olympiazentrums Vorarlberg. 18:30 - 20:00 Uhr im Veranstaltungssaal der VMS Lauterach.	24	
April 2011	Lauterachfenster: „Auf dem Weg zur gesunden Gemeinde“		Öffentlichkeitsarbeit
2.5.2011	Qualitätszirkel zum Thema Mittagsbetreuung und Verpflegung (14-16:00 Uhr) Moderation: Angelika Stöckler. TeilnehmerInnen: Mittags- und Kleinkinderbetreuerinnen, Küchenleiter, Leiter des Sozialzentrums, Gemeinderätin, Leiterin der Tagesmütter.	16	
17.5.2011	Projektteamsitzung	5	
21.5.2011	Kochseminar „Wertvoll essen nach dem Sport“ mit Mag. Eva Wildauer, 10-13:00 Uhr in der VMS Lauterach, Kosten: 12 €.	15	



28.5.2011	Kochkurs „So isst ma im Ländle“ für 24-Stunden-BetreuerInnen mit Alex Kirschner. Selbstbehalt: 5 €.	0	Wurde auf Wunsch von Vertreterinnen des mobilen Hilfsdienstes angeboten, die dringenden Bedarf orteten. Musste jedoch mangels Anmeldungen leider abgesagt werden. Gründe dafür sahen die Vertreterinnen des mobilen Hilfsdienstes im Wechsel der Betreuerinnen, möglichen sprachlichen Barrieren sowie dem Selbstbehalt. Da die 24-Stunden-Betreuerinnen jedoch ihr grundsätzliches Interesse bekundeten, wurde vereinbart, den Kurs zu einem späteren Zeitpunkt, ohne Selbstbehalt, mit einer Dolmetscherin anzubieten.
Mai 2011	Beitrag Lauterachfenster: „Genussvoll G´ sund“ bei SeneCura - Offener Mittagstisch und Essen auf Rädern		Öffentlichkeitsarbeit
Mai-Juni 2011	2. Schulobstaktion: 200 kg Kohlrabi und 166 kg Erdbeeren wurden verteilt. Eltern wurden über Elternbrief informiert. Selbstbehalt pro Kind: 1 €.	950	
6.5.2011	Kochkurs für Väter und Kinder mit Alex Kirschner (Kindergarten Weissenbild – Einladung zum Muttertagsessen)	45	
Juni 2011	Lauterachfenster: „Das perfekte Muttertagsdinner“		Öffentlichkeitsarbeit
Juni 2011	Ernährungsinformation und Bewusstseinsbildung: Genussdetektive in der VS Dorf	300	
Jul/Aug 2011	Lauterachfenster: „Genussdetektive in der VS Dorf im Einsatz“		
Sept 2011	Kindergärten und Schulen erhalten Informationen über Möglichkeiten von Exkursionen in landwirtschaftliche Betriebe und „Schule auf dem Bauernhof“ http://www.schuleambauernhof.at/	1000	

19.9.2011	Qualitätszirkel mit Kindergarten- und Spielgruppenleiterinnen des Kindergartens Sunnadörfle und der Kleinkinderbetreuung. Moderation: Angelika Stöckler	10	Bedarf an interner Abstimmung, an Elterninformation und Bewusstseinsbildung wurde deutlich. Elternveranstaltungen geplant.
21.9.2011	Projektteamsitzung	6	
21.9.2011	Qualitätszirkel des Projektteams mit SchulleiterInnen der VS-Unterfeld, der VS-Dorf und der VMS-Lauterach. Moderation: Angelika Stöckler. Information über „Gemeinsam gesund in Lauterach“. Gemeinsame Planung von Maßnahmen (Erhebungen, Veranstaltungen, Schulobstaktionen usw.)	9	
Sep 2011 – Jul 2012	Erährungs- und Bewusstseinsbildung: VS Dorf und VS Unterfeld beteiligen sich am Projekt „KiVi ... Kids vital“	500	
6.10.2011	Elternnachmittag Kindergarten und Kleinkinderbetreuung im Sozialzentrum zu den Themen „Ernährungserziehung und Genuss-schulung“ (Referat und Workshopleitung: Angelika Stöckler) sowie „liebvolle Be- und Erziehung“ (Impulsreferat: Alise Böhni).	50	
Okt-Dez 2011	3. Schulobstaktion: 1844 kg Äpfel wurden verteilt. Eltern wurden über Elternbrief informiert. Selbstbehalt pro Kind: 1 €.	950	
Okt 2011	Angebot „Fitmacher für die Pause“ in der VMS Lauterach.	50	Verkaufszahlen waren stark rückläufig, so dass die Aktion nach vier Wochen schließlich eingestellt wurde. Konkurrenz durch neu eröffnete Bäckerei unmittelbar vor der Schule.
8.11.2011	Brotbackkurs mit Gerhard Sinz, 18:00 – 22:00 Uhr in der Küche der VMS Lauterach. Der ausgebildete Bäcker und Leiter des Sozialzentrums, gab in seinem Brotbackkurs seine beliebtesten Rezepte und knifflige Tricks weiter.	8	



16.11.2011	Elternnachmittag in der Kinderbetreuung Vogelneule zu den Themen „Ernährungserziehung und Genussschulung“ (Referat und Workshopleitung: Angelika Stöckler) sowie „liebvolle Be- und Erziehung“ (Impulsreferat: Alise Böhni).	20	
28.11.2011	Keksle-Backkurs , angeboten von Brigitte Grinzinger, der stellvertretenden Küchenleiterin des Sozialzentrums. 17:00-21:00 Uhr, Küche der VMS Lauterach.	0	Nur 2 Anmeldungen. Musste leider abgesagt werden. Ursache lag möglicherweise am Termin (Montagabend).
7.12.2011	Projektteamsitzung	6	
Dez 2011 – Jän 2012	Evaluation: Erhebung zum Ess- und Trinkverhalten sowie den Gewohnheiten von SchülerInnen der VS Unterfeld, der VS Dorf und der VMS Lauterach. Online-Erhebung in der VMS. Kurzer Fragebogen für VS Dorf. Umfassender + kurzer Fragebogen für VS Unterfeld.	576	
7.2.2012	Besichtigung Mittagsbetreuung VMS Lauterach und Sozialzentrum mit Vizebürgermeisterin und Gemeinderätin, Besprechung mit Mittagsbetreuerinnen	8	
24.2.2012	Bespr. Mittagsverpflegung mit Küchenleiter und Leiter des Sozialzentrums	2	
8.3.2012	Projektteamsitzung mit SchulleiterInnen zur Präsentation der Evaluationsergebnisse	8	
10.3.2012	Kochkurs für Jugendliche mit Alex Kirschner, 11:00 – 14:00 Uhr in der Küche der VMS Lauterach. Der Küchenleiter des Sozialzentrums, machte mit den Jugendlichen einen Streifzug durch die Küchen der Welt. Kosten pro Person: 8 €.	12	
20.3.2012	Präsentation der Evaluationsergebnisse und Besichtigung Mittagsbetreuung VS Unterfeld und Sozialzentrum Lauterach mit Vizebürgermeisterin und Gemeinderätin, Besprechung mit Mittagsbetreuerinnen	8	



April 2012	Blättle: „Gesunde Küche in Lauterach“		Öffentlichkeitsarbeit
April 2012	Lauterachfenster: „Kochen wie Jamie Oliver“		
25.5.2012	Qualitätszirkel Mittagsbetreuung mit Verein Tagesmütter, Küchenleitung, Leitung des Sozialzentrums	8	
25.5.2012	Kochkurs „So isst ma im Ländle“ für 24-Stunden-BetreuerInnen mit Alex Kirschner und einer Dolmetscherin. 14:00 – 17:00 Uhr in der VMS Lauterach. Kein Selbstbehalt.	0	Musste mangels Anmeldungen leider abgesagt werden.
31.5.2012	Projektabschluss		
Juni 2012	4. Schulobstaktion: 100 kg Kohlrabi und 190 kg Erdbeeren wurden verteilt. Eltern wurden über Elternbrief informiert. Selbstbehalt pro Kind: 1 €.	950	Kosten wurden durch den Selbstbehalt abgedeckt. Es wurde keine Unterstützung bei der AMA angefordert.
Sep 2012	Abschlussveranstaltung mit Ergebnispräsentation		



5 Anhang

- Medienberichte
- Fragebogen zur Evaluation des Ernährungsverhaltens
- Fragebogen zur Evaluation des Ernährungsverhaltens_kurz
- Ergebnisbericht der Evaluationen des Ernährungsverhaltens
- Präsentation der Erhebung des Ernährungsverhaltens
- Rückmeldebogen Mittagsverpflegung
- Ergebnisse BewohnerInnenbefragung
- Ergebnisse der KundInnenbefragung „Essen auf Rädern“
- Gutscheine für den offenen Mittagstisch
- Einladung zu den Veranstaltungen „Ernährung und Sport“
- Einladung zum Kochkurs „So isst ma im Ländle“
- Einladung zum Kochkurs für Jugendliche
- Rezepte „Kochkurs für Jugendliche“
- ursprünglicher Projekt- und Meilensteinplan
- aktueller Projekt- und Meilensteinplan
- Abschlussreflexion