

10. Juni 2016

Ansprechpartner

Florian Tholey
Metropolregion Rhein-Neckar
GmbH

Telefon

+49 621 12987-43

Email

florian.tholey@m-r-n.com

„Abenteuer Essen“: Projekt zur frühkindlichen Ernährungsbildung wird fortgesetzt

- **20 neue Kitas aus Nordbaden, Südhessen und Pfalz**
- **Wissenschaftliche Studie belegt Wirkung**

Das „Abenteuer Essen“ geht weiter: Ab Juli läuft das ernährungspädagogische Programm an 20 weiteren Kindertagesstätten in **Altlußheim, Bürstadt, Edingen-Neckarhausen, Epfenbach, Fürth, Haßloch, Heidelberg, Ludwigshafen, Mannheim, Neckarsteinach, Reilingen, Römerberg, Schriesheim, Sinsheim, Weinheim und Worms**. Es wurde von der Metropolregion Rhein-Neckar GmbH im Rahmen der „Initiative Prävention“ gemeinsam mit Unternehmen, Stiftungen und Krankenkassen ins Leben gerufen. Ziel ist es, Übergewicht und Folgeerkrankungen wie Diabetes vorzubeugen. Hierzu werden die Kleinsten spielerisch für gesunde Lebensmittel und eine bewusste Ernährung begeistert. 3.500 Kinder aus 39 Kindertagesstätten in Nordbaden, Südhessen und der Pfalz nahmen seit 2014 bereits teil. Rund 100 pädagogische Fachkräfte konnten sich im Rahmen des Projekts bislang zu „Beauftragten für Ernährungsbildung“ weiterbilden und führen seither regelmäßig ernährungspädagogische Aktivitäten mit den Kindern durch. Bei Informationsabenden erhielten schon über 550 Eltern Tipps und Tricks, wie sie das Ernährungsbewusstsein und -verhalten ihrer Kinder im Alltag fördern können. Im Rahmen einer Feierstunde im Mannheimer Rosengarten bedankten sich die Initiatoren gestern bei den Kita-Fachkräften, Trägern sowie Partnern und Sponsoren für ihr großartiges Engagement und zogen eine positive Bilanz für die ersten beiden Projektjahre.

Wissen, Motorik und Essverhalten der Kinder verbessert

„Um die Ernährungskompetenz der Kinder zu verbessern, stärken wir mit ‚Abenteuer Essen‘ das Ernährungswissen, die motorischen Fähigkeiten zur Zubereitung von Lebensmitteln und das Essverhalten selbst. Die Nachhaltigkeit ist sichergestellt, da auch die pädagogischen Fachkräfte und Eltern eingebunden sind“, sagt Dr. Markus Gomer, Leiter Fitness & Health Prevention BASF SE und Mit-Initiator des Projekts.

Dass dieser ganzheitliche Ansatz wirkt, zeigen aktuell die Ergebnisse der Begleitstudie, für die insgesamt rund 2.800 Datensätze von Kita-Trägern, pädagogischen Fachkräften, Eltern und Kindern ausgewertet

wurden. Die „Abenteuer Essen“-Kinder haben innerhalb des Projektjahrs demnach sehr viel mehr über Lebensmittel, deren Herkunft und Herstellung gelernt, als Kinder einer Vergleichsgruppe. Deutlich besser schneiden sie auch bei feinmotorischen Fähigkeiten ab, wie dem Schälen einer Karotte oder dem Formen von Teig. Veränderungen zeigen sich sogar beim tatsächlichen Ernährungsverhalten. Neun von zehn Kindern greifen in der Kita nach Abschluss des Projektjahrs auf empfohlene Getränke wie Wasser oder ungesüßten Tee zurück, um ihren Durst zu löschen. Auch Zuhause werden diese geeigneten Getränke deutlich häufiger verzehrt. „Innerhalb nur eines Jahres können wir in den teilnehmenden Kitas klare Verbesserungen bei der Ernährungskompetenz feststellen“, erklärt Verena Räsener, die sich im Rahmen ihrer Promotion mit der wissenschaftlichen Auswertung von „Abenteuer Essen“ befasst.

Wertvolle Bereicherung für den Kita-Alltag

90 Prozent der Kita-Leitungen bewerten „Abenteuer Essen“ als „gut“ oder „sehr gut“ und empfehlen anderen Betreuungseinrichtungen die Teilnahme. Als wichtigsten Erfolgsfaktor nennen sie die umfangreiche Weiterbildung der pädagogischen Fachkräfte zu „Beauftragten für Ernährungsbildung“. Diese ziehen ebenfalls ein positives Fazit: Fast alle „Beauftragten für Ernährungsbildung“ möchten die verschiedenen Bausteine von „Abenteuer Essen“ auch über das Projektjahr hinaus fortführen (u.a. Abenteuer-Reisen auf den Bauernhof oder in den Supermarkt, gemeinsame Zubereitung von Mahlzeiten). „Unsere Kinder haben das Projekt mit großer Begeisterung angenommen und sind stolz, dass sie nun selbst Lebensmittel einkaufen und zubereiten dürfen“, berichtet Lilia Knaus, Erzieherin in der Katholischen Kindertagesstätte Don Bosco in Mosbach.

Sehr erfreulich ist, dass auch die Eltern Veränderungen in den „Abenteuer Essen“-Kitas wahrgenommen haben. Rund die Hälfte der befragten Eltern stellte fest, dass die Routinen rund ums Essen in den Kitas verbessert wurden (z.B. mehr Zeit für gemeinsame Mahlzeiten, stärkeres Einbinden der Kinder in die Zubereitung von Gerichten). Ebenso viele gaben an, dass ihre Kinder probierfreudiger geworden seien und viele neue Lebensmittel kennengelernt hätten.

Zu „Abenteuer Essen“

Das Projekt „Abenteuer Essen“ läuft seit Herbst 2014 im Rahmen der „Initiative Prävention in der Metropolregion Rhein-Neckar“. Ziel ist es, das Ernährungsbewusstsein bereits im Kindesalter zu stärken und dadurch Krankheiten wie Übergewicht und Diabetes vorzubeugen. Dabei setzt das wissenschaftlich fundierte Programm nicht auf den erhobenen Zeigefinger, sondern auf den spielerischen Umgang mit dem Thema Ernährung. Bei „Abenteuer-Reisen“ erfahren die Kinder zum Beispiel, woher Lebensmittel kommen. In der Kita werden Lebensmittel selbst zubereitet und gemeinsam verzehrt. Entscheidendes Element für den Projekterfolg ist die Qualifizierung von zwei bis drei Erziehern pro Einrichtung zu „Beauftragten für Ernährungsbildung“. Diese sind für die dauerhafte Einbindung des Themas verantwortlich und werden bei der Umsetzung von Mentorinnen begleitet.

Das Projekt „Abenteuer Essen“ wurde von der Metropolregion Rhein-Neckar GmbH gemeinsam mit folgenden Partnern entwickelt: Sascha Bembennek (BASF SE), Dr. Markus Gomer (BASF SE), Dr. Kristin Januschke („Offensive Bildung“), Dr. Antje Louis (Ökotrophologin, Agentur Publik), Verena Räsener (Ökotrophologin, Referentin für „Bewusste Kinderernährung“), Prof. Jürgen F. Riemann (Stiftung LebensBlicke), Christina Rode-Schubert (Robert-Bosch-Healthcare GmbH), Uschi Schneider (Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis, FORUM Ernährung).

Ermöglicht wird „Abenteuer Essen“ durch: BASF SE, BKK Pfalz, DAK Gesundheit, Dietmar Hopp Stiftung, Dr. Knoell Consult GmbH, Dr. Rainer Wild-Stiftung, Fuchs Petrolub SE, Heinrich-Vetter-Stiftung, IKK Classic, IKK Südwest, pronova BKK, Rotary, Siemens Betriebskrankenkasse und Techniker Krankenkasse.