

## Angebote der Ernährungs- und Verbraucherbildung

Stand: Juni 2022

Ansprechpartnerin:  
[Gabriele.Kutscher@li-hamburg.de](mailto:Gabriele.Kutscher@li-hamburg.de)  
Tel.: 040 428842-942

### Angebote zur Ernährungs- und Verbraucherbildung an Hamburger Schulen

#### **"Tut uns gut - Übergewicht vorbeugen mit Bewegung, Ernährung und Entspannung"**

Die Broschüre der BZgA richtet sich an Eltern und enthält die wichtigsten Kernbotschaften zur Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen.

[BZgA Shop: Tut uns Gut](#)

#### **Bio für Kinder – Gutes Essen in Kita und Schule**

Im Rahmen des Projektes bietet Ökomarkt e. V. Fortbildungsveranstaltungen und Workshops zu Themen der Ernährungsbildung bzw. schulischer Verpflegungsangebote an.

Das Fortbildungsangebot richtet sich an Schulleitungen, Lehrkräfte, Küchenkräfte sowie interessierte Eltern und ist kostenlos.

[info@oekomarkt-hamburg.de](mailto:info@oekomarkt-hamburg.de)

[Ökomarkt-Bio-für-Kinder](#)

#### **Trinkwasserspender in der Schule**

Bei Fragen bezüglich Trinkwasserspendern an Schulen wenden Sie sich bitte an:

Behörde für Schule und Berufsbildung Hamburg – Referat Ganzttag

E-Mail: [Bjoern.Steffen@bsb.hamburg.de](mailto:Bjoern.Steffen@bsb.hamburg.de)

#### **Trinken in der Schule**

Diese Broschüre informiert zu Trinkmengen und geeigneten Durstlöschern. Außerdem gibt sie Tipps zur Umsetzung von Trinkangeboten an Schulen.

[Trinken in der Schule](#)

#### **Ernährung - Bewegung – Entspannung (BZgA)**

Informationen zu den Themen "Ernährung – Bewegung – Stressregulation" finden Sie auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

[BZgA](#)

#### **5 am Tag**

Die Gesundheitskampagne 5 am Tag bietet den Schulen Unterrichtsmaterialien an, um den Kindern schon früh beizubringen Obst und Gemüse in den Speiseplan zu integrieren.

[5 am Tag - Webseite](#)

[Info- und Arbeitsmaterialien](#)

### **Lebensmittelverschwendung: „Zu gut für die Tonne!“**

Die Initiative des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft bietet Unterrichtsmaterialien zur nachhaltigen Ernährungsbildung, um die Wertschätzung von Lebensmitteln zu stärken. Im Mittelpunkt stehen der Umgang mit Lebensmitteln und Resten sowie ihre Aufbewahrung.

[Zu gut für die Tonne!](#)

[Zu gut für die Tonne - Unterrichtsmaterial](#)

### **Spezielle Angebote für Grundschulen**

#### **Ich kann kochen! – Praktische Ernährungsbildung für Kinder**

Ich kann kochen! ist eine Initiative von der Sarah-Wiener-Stiftung und der BARMER für praktische Ernährungsbildung von Kita- und Grundschulkindern in Deutschland.

In Fortbildungen werden Pädagogen:innen qualifiziert Koch- und Ernährungskurse, wie Koch-AGs und Projektwochen, anzubieten und Kinder für das Kochen mit frischen Lebensmitteln zu begeistern. Dazu gibt es kostenlose Bildungsmaterialien.

Anmeldung zu Fortbildungen: [Ich kann Kochen! - Mitmachen](#)

#### **Brotzeit**

Das Projekt „brotZeit“ ist ein Angebot für Grundschulen in ressourcenschwachen Stadtteilen, bei dem Kinder mit einem ausgewogenen Frühstück versorgt werden. Das Rückgrat des brotZeit-Konzeptes bilden aktive Senioren, die ehrenamtlich neben den Frühstücksaktivitäten auch die Hausaufgabenbetreuung etc. unterstützen.

[Brotzeit - Webseite](#)

#### **Plietsche Kinderküche**

Die Plietsche Kinderküche möchte Kinder und Jugendliche nachhaltig und handlungsorientiert für ausgewogene Ernährung sensibilisieren und begeistern. Dafür werden die Schüler:innen spielerisch dazu befähigt, sich gesund zu ernähren. Die Koordination und Umsetzung wird vom Verein Schlaufox e. V. übernommen.

E-Mail: [kontakt@schlaufox.de](mailto:kontakt@schlaufox.de)

[Schlaufox - Webseite](#)

#### **Der Ernährungsführerschein**

Der Ernährungsführerschein ist ein Unterrichtskonzept für die dritte und vierte Klasse. Der praktische Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten steht im Vordergrund und soll Kinder motivieren und befähigen, kleine Gerichte eigenhändig zuzubereiten. Das Projekt wurde für die selbständige Durchführung durch Lehrkräfte im Klassenzimmer konzipiert.

[Ernährungsführerschein](#)

#### **Rund um den Apfel**

Die Seiten der Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) bieten eine Anleitung für ein ausführliches Apfelprojekt mit Verkostung, Experimenten und Rezepten. Dieses ist besonders für die Grundschule ab Klasse 2 geeignet und umfasst viele Materialien zum praktischen Arbeiten mit den Schüler:innen.

[Unterrichtsmaterialien](#)

### **Sherlock Sugar und Watson auf zuckersüßer Mission**

Bei dem Ernährungsprojekt „Sherlock Sugar und Watson auf zuckersüßer Mission“ von aktiVital und der Techniker Krankenkasse (TK) wird den Kindern spielerisch, durch ihre detektivischen Ermittlungen in verschiedenen Fällen rund um das Thema „Zucker“, Wissen zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung vermittelt.

[Sherlock Sugar und Watson](#)

### **Kindertheater „Henrietta & Co.“**

Das AOK-Kindertheater behandelt in drei Theaterstücken die Themen Ernährung, Bewegung und Psychische Gesundheit. Mit dem kostenlosen didaktischen Material können die Themen hinterher im Unterricht vertieft werden.

[Henrietta & Co.](#)

### **Die Rakuns – Das gesunde Klassenzimmer**

Die IKK Classic und die Stiftung Kindergesundheit unterstützen mit den Comic-Waschbären Lola und Tom Rakun und ihren Freunden die Gesundheitsbildung an Grundschulen. Behandelt werden die Themen Körperpflege und -hygiene, Ernährung, Körper- und Selbstwahrnehmung, sowie Bewegung, Entspannung und Medienkompetenz.

[Die Rakuns](#)

## **Spezielle Angebote für die Sekundarstufe 1**

### **Die SchmExperten/SchmExperten in der Lernküche**

Mit den Unterrichtskonzepten „SchmExperten“ (5./6. Klasse) und „SchmExperten in der Lernküche“ (6. – 8. Klasse) sollen die Schüler:innen selbstständig und kreativ Speisen zubereiten. Durch die Verknüpfung mit anderen Themen, sollen sie in Zukunft ihre Lebensmittelauswahl selbstbestimmt und gesundheitsorientiert treffen, sowie Veränderungen beim Essen aktiv mitgestalten können.

[SchmExperten](#)

### **Deutsches Zusatzstoffmuseum**

Das Deutsche Zusatzstoffmuseum in Hamburg beschäftigt sich mit den Funktionen, der Herstellung, sowie Risiken und Nebenwirkungen von Zusatzstoffen.

[Deutsches Zusatzstoffmuseum](#)

### **Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln - Ein Modul zur nachhaltigen Ernährungsbildung**

Das Internetportal evb-online.de bietet Informationen und aktuelle Forschungsergebnisse zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB) und stellt das Modul „Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln“ für Lehrkräfte zur Verfügung.

[Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln](#)

## **Weitere Informationen**

### **Verbraucherkompetenz**

Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft verfolgt eine ganzheitliche Gesamtstrategie für gesunde und nachhaltige Ernährung. Die Webseite gibt einen Überblick über verschiedene dazugehörige Themen.

[BMEL - Ernährung](#)

### **Verbraucherschulen in Hamburg**

Die Verbraucherzentrale Hamburg unterstützt Hamburger Schulen dabei, Verbraucherbildung in Unterricht und Schulalltag zu integrieren. Interessierte Schulen können sich bewerben.

[Als Verbraucherschule bewerben](#)

[Verbraucherschulen Hamburg](#)

### **Gesunde Schule**

Die HAG schreibt in jedem Schuljahr den Gesundheitspreis für Schulen aus.

Das Ziel: Gesundheitsförderung in der Schule nachhaltig verankern, damit alle an Schule Beteiligten gesund lernen, leben und arbeiten können. U. a. könnten Projekte zur Ernährungsbildung und zum Verbraucherschutz eingereicht werden.

[Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule](#)

[HAG - Gesunde Schule](#)

### **Klimaschule**

Unter dem Motto "Klima - wir handeln!" haben sich zahlreiche Hamburger Schulen entschieden "Klimaschule" zu werden.

[Klimaschule](#)

### **Umweltschule**

Umweltschule in Europa/Internationale Agenda 21-Schule ist eine Ausschreibung der internationalen Umweltbildungsorganisation Foundation for Environmental Education (FEE). Hierzulande wird die FEE durch die Deutsche Gesellschaft für Umwelterziehung vertreten.

[Umweltschule](#)