

## Angebote zur Ernährungs- und Verbraucherbildung an Hamburger Schulen

### Allgemeine Abrufangebote

#### **Lernportal für Lehrkräfte – Ernährungsbildung für die Praxis (BZfE)**

Das kostenfreie Portal richtet sich an alle Lehrkräfte der Primar- und Sekundarstufe. Es ermutigt und befähigt sie, Ernährungsbildung im Unterricht sicher umzusetzen. Es bietet eine flexible, zeit- und ortsunabhängige Weiterbildung zur Ernährungsbildung auch ohne Vorkenntnisse. Das digitale Format bietet Lehrkräften die optimale Möglichkeit, sich in ihrem eigenen Tempo, zu selbstgewählten Zeiten und ohne organisatorischen Aufwand fachlich weiterzubilden.

[BZfE - Lernportal](#)

#### **Unterrichtsmaterial des Bundeszentrums für Ernährung**

Auf der Webseite des BZfE sind vielfältige Materialien rund um das Thema Ernährung für Grund- und weiterführende Schulen zu finden, wie unter anderem der Ernährungsführerschein und die SchmExperten.

[BZfE - Unterrichtsmaterial](#)

#### **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 Trinkwasserspender an Schulen wenden Sie sich bitte an: Behörde für Schule, Familie und Berufsbildung Hamburg – Referat Ganztage

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

## **Förderung eines gesunden Lebensstils im Kindes- und Jugendalter (BIÖG)**

Informationen zu den Themen "Ernährung – Bewegung – Stressregulation" finden Sie auf den Internetseiten der Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BIÖG).

[BIÖG: Ernährung - Bewegung - Stressregulation](#)

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

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

[Tut uns gut - Übergewicht vorbeugen mit Bewegung, Ernährung und Entspannung - BIÖG Shop](#)

## **Fit4future**

Kinder und Jugendliche zu einem gesunden Lebensstil motivieren – körperlich aktiv, ausgewogen ernährt, gelassen und entspannt, konzentriert und fokussiert, aufgeklärt und stark. Das sowie die Schaffung einer gesunden, stressfreien und positiven Lebenswelt Kita bzw. Schule, sind die großen Ziele der bundesweiten Präventionsinitiative fit4future von DAK-Gesundheit und der fit4future foundation.

[Webseite fit-4-future](#)

## **Echt kuh-I (BMLEH)**

Echt kuh-I ist ein bundesweiter Schulwettbewerb zur ökologischen Landwirtschaft und Ernährung, ab der 3. Jahrgangsstufe. Der Wettbewerb stellt jedes Jahr ein anderes Thema heraus. Dabei stehen handlungs- und erlebnisorientiertes Lernen im Vordergrund.

[Webseite echtkuh-I](#)

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

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

[Zu gut für die Tonne!](#)

[Schulmaterial zum Thema Lebensmittelverschwendung](#)

## **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 Pädagog: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 -Plietsche Kinderküche - Webseite](#)

### **Der Ernährungsführerschein**

Der Ernährungsführerschein ist ein Unterrichtskonzept für die dritte und vierte Jahrgangsstufe. 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 - Webseite](#)

### **Gesund macht Schule**

Gesund macht Schule zielt darauf ab, Kinder, Lehrkräfte, Mitarbeitende des Ganztags und Eltern für ihre eigene Gesundheit zu interessieren und zu begeistern und dabei die Gesundheitskompetenz, vor allem der Kinder, zu fördern. Ein wichtiges Element dabei sind Patenschaften, bei denen Ärztinnen und Ärzte als Experten für Prävention und Gesundheitsförderung die Lehrkräfte bei der Unterrichtsgestaltung und der Elternarbeit unterstützen.

Gesund macht Schule wird in Nordrhein und in Hamburg gemeinsam von den Ärztekammern und der AOK Rheinland/Hamburg umgesetzt.

[Webseite Gesund macht Schule](#)

### **Rund um den Apfel**

Die Seiten der Deutschen 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 - Rund um den Apfel](#)

### **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.

[Das gesunde Klassenzimmer - Webseite](#)

### **Klasse 2000**

Klasse 2000 ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung u.a. zur Ernährungsbildung und zur Förderung von Bewegung. Geschultes Personal besucht die Klassen, erprobtes Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

[Webseite klasse2000](#)

## Spezielle Angebote für die Sekundarstufe 1

### Die SchmExperten/SchmExperten in der Lernküche

Mit den Unterrichtskonzepten „SchmExperten“ (5./6. Jahrgangsstufe) und „SchmExperten in der Lernküche“ (6. – 8. Jahrgangsstufe) sollen die Schüler:innen selbstständig und kreativ Speisen zubereiten. Jugendliche erwerben Küchenfertigkeiten und Entscheidungskompetenzen, um das eigene Essen gesundheits- und klimafreundlich zu gestalten.

[SchmExperten - Webseite](#)

### Deutsches Zusatzstoffmuseum

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

[Deutsches Zusatzstoffmuseum - Webseite](#)

### 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 - Webseite](#)

### Planetary Health Diet (PHD) – Ein Konzept für nachhaltige und zukunftsfähige Ernährung

„ZEIT für die Schule“ hat in Kooperation mit LIDL Unterrichtsmaterialien zum Thema „Wie funktioniert Ernährung gesund, fair und nachhaltig?“ für die Sekundarstufe I entwickelt und stellt diese online zur Verfügung.

[Planetary Health Diet - Ernährung neu denken](#)

[Planetary Health Diet - gesund und nachhaltig frühstücken](#)

## Weitere Informationen

### Verbraucherkompetenz

Das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gestaltet Politik und setzt Rahmenbedingungen, damit die Verbraucherinnen und Verbraucher sich ausgewogen, gesund und nachhaltig mit sicheren Lebensmitteln ernähren können. Zur Förderung einer gesünderen, ressourcenschonenderen Ernährung wurde im Januar 2024 die Ernährungsstrategie beschlossen. Kinder und Jugendliche sind eine Schwerpunktzielgruppe. Die Webseite gibt einen Überblick über verschiedene dazugehörige Themen.

[BMLEH - Ernährung](#)

### Materialkompass der Verbraucherzentrale

Von Expert:innen geprüfte und bewertete Materialien aus den Bereichen digitale Bildung, finanzielle Bildung, Bildung für nachhaltige Entwicklung und Ernährungsbildung.

[Webseite Materialkompass Verbraucherzentrale](#)

### 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](#)

[Verbraucherschule 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.

[HAG - Gesunde Schule](#)

### **Vernetzungsstelle Schulverpflegung – HAG**

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung bietet Information, Beratung und Vernetzung der Schulen zum Thema Schulverpflegung.

[Webseite Vernetzungsstelle Schulverpflegung](#)

### **Klimaschule**

Unter dem Motto "Klima - wir handeln!" haben sich zahlreiche Hamburger Schulen entschieden "Klimaschule" zu werden. Beratung Klimaschulen: Björn von Kleist - Referat Umwelterziehung und Klimaschutz

[Webseite Klimaschule](#)

[Klimaschule werden](#)

### **Umweltschule**

Das Programm „Umweltschule in Europa – Internationale Nachhaltigkeitsschule“ fördert umweltfreundliche Schulkonzepte und die Bildung für nachhaltige Entwicklung. Die Schulen arbeiten möglichst unter Einbeziehung der gesamten Schulgemeinschaft an Projekten in zwei Handlungsfeldern. Das Programm „Umweltschule in Europa – Internationale Nachhaltigkeitsschule“ weist eine langjährige Erfolgsgeschichte auf und wird von der Bildungsorganisation Foundation for Environmental Education (FEE) ausgeschrieben. In Deutschland wird sie durch die Deutsche Gesellschaft für Umwelterziehung (DGU) vertreten.

[Umweltschule werden](#)