



Konzept Znüni-Mäart

1. Ausgangslage

Seit 2008 ist der «Znüni-Mäart» ein Teilprojekt des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung», das von der kantonalen Fachstelle Gesundheitsförderung getragen wird. Ausgewogene Ernährung und regelmässige Bewegung sind entscheidende Faktoren für die Gesundheit.

«Znüni-Mäart»-Schulen ermöglichen ihren Schülerinnen und Schülern, von einer ausgewogenen Zwischenverpflegung zu profitieren und so zu einer gesunden Entwicklung ihrer Lernenden beizutragen.

Der «Znüni-Mäart» stellt für Schulen eine Möglichkeit dar, das Ernährungsthema in den Schulalltag zu integrieren und damit Kinder und Jugendliche in ihren Kompetenzen zu fördern, aber auch einen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung zu leisten.

2. Begründung Projekt «Znüni-Mäart»

Ein köstliches Znüni liefert dem Körper und dem Gehirn die nötige Energie, um aufmerksam, kreativ und motiviert dem Unterricht zu folgen. Da immer mehr Kinder kein Frühstück essen, ist ein vollwertiger, gesunder Znüni wichtig für die schulische Entwicklung und geistige Erholung der Schülerinnen und Schüler.

Der «Znüni-Mäart» führt vor Augen, was eine gesundheitsbewusste und kreativ zubereitete Zwischenmahlzeit sein kann. Mit diesem Projekt wird nicht nur das Ernährungsbewusstsein der Schülerinnen und Schüler unterstützt. Für die Lernenden ist das Projekt ein unterrichtsintegriertes Praxisfeld mit sozialen, gesundheitsfördernden, ökologischen und wirtschaftlichen Aspekten, in dem sie diverse Kompetenzen fördern und stärken.

3. Ziele des «Znüni-Mäart»

Mit dem «Znüni-Mäart» werden folgende **Ziele** verfolgt:

- Ein gesundheitsbewusstes Ernährungsverhalten von Schülerinnen und Schülern fördern.
- Eine gesunde, frische, zahnschonende, vorwiegend saisonale und regionale Zwischenverpflegung anbieten.
- Alle Beteiligten (Schülerschaft, Lehrpersonen, Eltern) für eine gesunde Ernährung sensibilisieren.
- Kinder und Jugendliche befähigen, Verantwortung zu übernehmen, indem sie – altersentsprechend – das Projekt weitgehend selber gestalten und tragen.
- Ein stufen- und klassenübergreifendes Projekt durchführen, das die Bildung für Nachhaltige Entwicklung beispielhaft umsetzt.

Zielpublikum eines «Znüni-Mäarts» sind Schülerinnen und Schüler aller Schulstufen.



4. Schaffung eines «Znüni-Määrts»

Interessierte Schulen oder Schulklassen informieren sich über das Projekt unter www.gesundheit.lu.ch/znueni und melden sich bei der Fachstelle Gesundheitsförderung an.

Schulen oder Schulklassen des Kantons Luzern erklären sich bereit, nach vorgegebenen Kriterien einen «Znüni-Määrt» einzurichten.

Projektberaterinnen der kantonalen Fachstelle Gesundheitsförderung Luzern beraten und begleiten die Schulen im Projekt. Sie stellen interessierten Schulen das Projekt vor und informieren sie über die verschiedenen Realisierungsmöglichkeiten und die Strukturen, die es für die Durchführung eines «Znüni-Määrts» braucht (Verankerung, Langfristigkeit, Verantwortung, Einbettung in den Unterricht, Wahl der Lebensmittel etc.).

Über die Organisationsform entscheiden die Betroffenen selbst.

5. Kantonale Unterstützung

Die Fachstelle Gesundheitsförderung bietet folgende **Unterstützung** im Rahmen vom «Znüni-Määrt» an:

- finanzielle Starthilfe im ersten Jahr (300 Franken)
- Beratung und Begleitung (Projektberatung, Ernährungsberatung, Umweltberatung)
- Ideeninputs für Znüni-Angebote
- Mithilfe und Beratung beim Bezug von regionalen und saisonalen Produkten
- Unterlagen und Umsetzungshilfen
- Logo «Znüni-Määrt» und andere Druckvorlagen für Werbemassnahmen
- Auszeichnung nach einem erfolgreichen Jahr der Durchführung
- finanzielle Unterstützung für jedes Folgejahr (100 Franken)

6. Kriterien und Bedingungen

Um von der kantonalen Unterstützung profitieren zu können, müssen die beteiligten Schulen folgende **Kriterien und Bedingungen** erfüllen:

- Das Projektteam der Schule verfügt über eine fundierte Organisationsstruktur mit geregelten Kompetenzen.
- Das Projekt ist breit abgestützt und eingebettet. Lehrerteam und Schulleitung, Hauswartteam, Eltern und Bildungskommission stehen hinter dem Projekt.
- Das Projektteam arbeitet für die Zusammenstellung der Angebote mit einer erfahrenen Fachperson für Ernährungsfragen zusammen (z.B. schulinterne Hauswirtschaftslehrperson oder Projektberaterin).
- Die Angebote entsprechen den kantonalen Vorgaben, d.h. gesund, frisch, zahnschonend, vorwiegend regional und saisonal.
- Ökologische Faktoren sind berücksichtigt: Wenig, bis keine Verpackung, keine Lebensmittelverschwendung.
- Der «Znüni-Määrt» findet mindestens 1 x wöchentlich und mindestens ein Jahr lang statt.