KANTON
LUZERN

Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport

Luzern, 2. Mai 2025 IMU

Konzept «Znüni-Määrt»

Ausgangslage

Seit 2008 ist der «Znüni-Määrt» ein Projekt des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung bei Kindern und Jugendlichen», das von der kantonalen Fachstelle Gesundheitsförderung getragen wird. Ausgewogene Ernährung und regelmässige Bewegung sind entscheidende Faktoren für die Gesundheit. Ein ausgewogenes 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 körperliche und geistige Entwicklung der Schülerinnen und Schüler.

Begründung Projekt «Znüni-Määrt»

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

Der «Znüni-Määrt» stellt für Schulen eine Möglichkeit dar, das Ernährungsthema in den Schulalltag zu integrieren, aber auch einen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung zu leisten.

Ziele des «Znüni-Määrt»

Mit dem «Znüni-Määrt» werden folgende Ziele verfolgt:

- Ein gesundheitsbewusstes Ernährungsverhalten von Schülerinnen und Schülern fördern.
- Eine ausgewogene, frische, zahnschonende, vorwiegend saisonale und regionale Zwischenverpflegung anbieten.
- Alle Beteiligten (Schülerschaft, Lehrpersonen, Eltern) für eine gesunde Ernährung und ausgewogene Zwischenverpflegung 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 Thematik «Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE)» beispielhaft umsetzt.

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

Vorgehen Anmeldung zum Projekt «Znüni-Määrt»

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.

Das Projektteam (Projektleitung und Projektberatung) berät und begleitet die Schulen im Auftrag der kantonalen Fachstelle Gesundheitsförderung im Projekt. Es stellt interessierten Schulen das Projekt vor und informiert 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 an der Schule entscheiden die «Znüni-Määrt»-Schulen selbst.

Kantonale Unterstützung

Die Fachstelle Gesundheitsförderung bietet folgende Unterstützung an:

- Beratung und Begleitung (Projektberatung, Ernährungsberatung, Umweltberatung)
- Unterlagen und Umsetzungshilfen sowie Ideeninputs für Znüni-Angebote
- Unterstützung und Beratung beim Bezug von regionalen und saisonalen Produkten
- Logo «Znüni-Määrt» und andere Druckvorlagen für Werbemassnahmen
- Auszeichnung nach einem erfolgreichen Jahr der Durchführung
- Finanzielle Starthilfe im ersten Jahr (300 Franken)
- Finanzielle Unterstützung für jedes Folgejahr (150 Fr.)

Projektkriterien und Bedingungen

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

- Die Umsetzung an der Schule erfolgt mittels einer fundierten Organisationsstruktur mit geregelten Kompetenzen.
- Das Projekt ist breit abgestützt und eingebettet. Lehrerteam und Schulleitung, Hauswartteam, Eltern und Bildungskommission stehen hinter dem Projekt.
- Die Zusammenstellung der Znüni-Angebote erfolgt in Zusammenarbeit mit einer erfahrenen Fachperson für Ernährungsfragen (z.B. schulinterne WAH-Lehrperson oder Projektteam).
- Die Partizipation der Lernenden bildet ein wichtiger Bestandteil: Die Lernenden sind bei jedem «Znüni-Määrt» bei möglichst allen Abläufen involviert: Planung, Einkauf, Zubereitung, Anrichten, Verkauf, Aufräumen.
- Die Angebote entsprechen den kantonalen Vorgaben: gesund, frisch, zahnschonend, regional und saisonal, wenn möglich biologisch. Wenig, bis keine Verpackung, keine Lebensmittelverschwendung.
- Der «Znüni-Määrt» findet mindestens 1 x wöchentlich während mindestens der Hälfte des Schuljahres statt.
- Die Umsetzungsdauer des Projekts ist möglichst langfristig angelegt und beträgt für neue «Znüni-Määrt»-Schulen nach Möglichkeit mindestens drei Jahre.