

## Wer steht hinter dem «Znüni-Mäart»?

Die Fachstelle Gesundheitsförderung des Kantons Luzern ist für den «Znüni-Mäart» verantwortlich. Als Teilprojekt des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung» wird der «Znüni-Mäart» von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt. Weiter führt die Dienststelle Volksschulbildung den «Znüni-Mäart» als rundum fit-Angebot auf.

## Auskunft und Anmeldung:



Gesundheits- und Sozialdepartement  
**Dienststelle Gesundheit und Sport**

Fachstelle Gesundheitsförderung

Meyerstrasse 20

Postfach 3439

6002 Luzern

Telefon 041 228 60 89

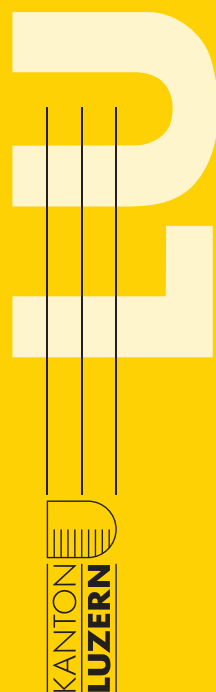
gesundheit@lu.ch

## Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.fi.lu.ch](http://www.fi.lu.ch) > Znüni-Mäart

«Znüni-Mäart» – Ein Teilprojekt des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung»

In Zusammenarbeit mit



# Znüni-Mäart

Für ausgewogene Znüni in der Schule

Dienststelle  
Gesundheit und Sport [gesundheit.lu.ch](http://gesundheit.lu.ch)



## Ausgewogene Znüni schmecken fein!

Der «Znüni-Mäart» bürgt für eine ausgewogene, frische, vorwiegend regionale und saisonale Zwischenverpflegung.



Ein köstlicher Znüni liefert dem Körper und dem Gehirn die nötige Energie, um wach und aufmerksam zu sein, kreativ und motiviert zu arbeiten und um gesund zu bleiben. Da viele Kinder kein Frühstück essen, ist ein vollwertiger, ausgewogener Znüni in der Schule eine wichtige Sache.

## Wozu?

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

- Ein gesundheitsbewusstes Ernährungsverhalten von Schülerinnen und Schülern fördern.
- Eine ausgewogene, frische, zahnschonende, vorwiegend saisonale und regionale Zwischenverpflegung anbieten.
- Alle Beteiligten (Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen, Eltern) für eine ausgewogene Ernährung sensibilisieren.
- Kinder und Jugendliche befähigen, Verantwortung zu übernehmen, indem sie – altersentsprechend – das Projekt weitgehend selber gestalten und tragen.

## «Znüni-Mäart» konkret

### Wer kann einen «Znüni-Mäart» anbieten?

Grundsätzlich kann ein «Znüni-Mäart» auf allen Schulstufen angeboten werden.

### Wie werden die Schulen beim Aufbau unterstützt?

Die Fachstelle Gesundheitsförderung bietet folgende Unterstützung an:

- Beratung und Begleitung (Projektberatung, Ernährungsberatung und Umweltberatung)
- Bewährte Znüni-Rezepte
- Finanzielle Starthilfe im ersten Jahr (300 Franken)
- Ordner mit Unterlagen und Umsetzungshilfen (schriftlich und elektronisch)
- Auszeichnung der Schule oder Schulklasse nach einem erfolgreichen Jahr der Durchführung
- Finanzielle Unterstützung für jedes Folgejahr (100 Franken)

### An welche Bedingungen ist die Unterstützung geknüpft?

Die beteiligten Schulen müssen folgende Kriterien und Bedingungen erfüllen:

- Das Projektteam der Schule ist gut organisiert. Die Kompetenzen sind klar geregelt.
- Das Projekt ist breit abgestützt und gut eingebettet. Alle Akteure (Lehrerteam, Schulleitung, Hauswartin und Hauswart usw.) stehen hinter dem Projekt.
- Die Znüni-Angebote werden mit einer Fachperson für Ernährungsfragen zusammengestellt (Hauswirtschaftslehrperson aus der Schule oder Projektberaterin).
- Die Znüni-Angebote entsprechen den kantonalen Vorgaben, d.h. ausgewogen, frisch, zahnschonend, vorwiegend regional und saisonal.
- Ökologische Faktoren sind berücksichtigt: Wenig bis keine Verpackung, allfällige Resteverwertung ist organisiert.
- Der «Znüni-Mäart» findet mindestens 1x wöchentlich und mindestens ein Jahr lang statt.