



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN

GUTES ESSEN FÜR ALLE



Rheinland-Pfalz
ISST BESSER

IMPRESSUM

Herausgeber:

Ministerium für Umwelt, Energie,
Ernährung und Forsten Rheinland-Pfalz

Redaktion:

Josephine Keller, Catrin Müller

Stand:

Februar 2019

Satz und Layout:

organic Marken-Kommunikation GmbH,
Frankfurt am Main

Druck:

Druck & Stempel Wilkniß,
Massen



Bildnachweise:

Titel: HandmadePictures/Fotolia, S. 3: MUEEF, S. 6: Monticello/Fotolia, S. 7: Wavebreakmedia/istockphoto, S. 8 oben: www.5amTag.de, S. 8 unten: Fotofreundin/Fotolia, S. 9: Elisa Förstel, S. 10: Oksana Kuzmina/Adobe Stock, S. 11: Colourbox, S. 12: Frank Göllner Studio/Fotolia, S. 13: Volker Berg, S. 14: Pia Brand, S. 15: Photographee.eu/Fotolia, S. 16: Pixabay, S. 17: Edalin/Fotolia, S. 18: HighwayStarz/Colourbox, S. 19: Yantra/Fotolia, S. 20: ronstik/Fotolia, S. 21: LIGHTFIELD STUDIOS/Adobe Stock, S. 22: Funwithfood/istockphoto, S. 23: Volker Berg, S. 24 oben: Mikhaylov Oleg/Colourbox, S. 25 unten: Mykola Velychko/Colourbox, S. 25: MUEEF, S. 26: Photographee.eu/Adobe Stock, S. 27: Robert Kneschke, S. 28: benjaminolte/Fotolia, S. 29: Stefan Körber/Fotolia, S. 30: Elisa Förstel, S. 31: Colourbox, S. 32: Halfpoint/Fotolia, S. 33: MUEEF, S. 34: MUEEF

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Landesregierung Rheinland-Pfalz herausgegeben. Sie darf weder von Parteien, noch Wahlbewerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von sechs Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen der Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte.

INHALT

VORWORT UMWELTMINISTERIN ULRIKE HÖFKEN	4
JUNG UND ALT ISST BESSER	6
UNSERE ANGEBOTE FÜR KITA-KINDER Landesprogramm für Kitas / Coaching Initiative „Kita isst besser“ / Qualifizierung zur Ernährungs-Kita / Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung / Förderkriterien Frischkuchen / 5-Sterne-Power-Frühstück	10
UNSERE ANGEBOTE FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER EU-Schulprogramm für Grund- und Förderschulen / Qualifizierungsprozess Schulverpflegung / Ernährung nachhaltig gestalten – Was ist unser Essen wert? / Das ABC der Lebensmittel – Grundschüler lernen mit allen Sinnen / Die Ferienkochkünstler – Fortbildungsangebot für Betreuerinnen und Betreuer	18
UNSER ANGEBOT FÜR ALLE RHEINLAND-PFÄLZER Ernährungsberatung der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz / Ernährungsberatung der DLR / Gesunde Ernährung für Langzeitarbeitslose / Kinderküche für Familien – Iss dich fit und schlau / Gesund ins hohe Alter / Vernetzungsstelle Seniorenernährung / Der Kochbus – Bühne für gute Ernährung	26
SERVICE	34



ERNÄHRUNGSBILDUNG
IST KLIMASCHUTZ.

Liebe Leserinnen und Leser,

Übergewicht und ernährungsbedingte Krankheiten nehmen zu: Mehr als 52 Prozent der Erwachsenen und rund 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen wiegen zu viel. Bereits Kinder haben mit Erkrankungen wie Adipositas, Bluthochdruck, Diabetes Typ 2 oder Skeletterkrankungen zu kämpfen, die oft mit Fehlernährung zusammenhängen. Ernährungsbedingte Krankheiten verursachen etwa ein Drittel der jährlichen Kosten des Gesundheitssystems.

Das zeigt: Ernährungsbildung von klein auf ist eine wichtige gesellschaftspolitische Aufgabe. Daher hat die Landesregierung eine Strategie für eine nachhaltige kind- und jugendgerechte Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung erarbeitet. Die Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“, die wir 2013 ins Leben gerufen haben, bietet hierfür die zentrale Grundlage.

Wer auf seine Ernährung achtet, lebt nicht nur fitter und gesünder, sondern leistet auch einen Beitrag zum Klimaschutz. Denn unsere Ernährung verursacht in Deutschland etwa 25 Prozent der klimaschädlichen Treibhausgas-Emissionen. Ein Beispiel: Für die Herstellung von einem Kilogramm Fleisch sind durchschnittlich etwa sieben bis zehn Kilogramm Getreide notwendig. Es ist also klimaschützender, mehr Getreide, Gemüse oder Obst in den Speiseplan zu integrieren.

Wer auch gerne Fleisch isst, kann auf regionale Herkunft und ökologische Erzeugung achten. All das wollen wir innerhalb der Gemeinschaftsverpflegung tun und unser Verpflegungsangebot stufenweise nachhaltig ausrichten – wie in unserem Klimaschutzkonzept und Ökoaktionsplan festgeschrieben.

Zur Umsetzung unserer Ziele brauchen wir Sie: Mit Ihnen als Erzieherin, Schüler, Lehrkraft, Ernährungsberaterin, Eltern, Mitarbeiter in der Gastronomie, Landwirtin oder Verbraucher können wir gemeinsam unsere Ernährung gesünder und ausgewogener gestalten. Und davon profitieren wir alle: Mit einer höheren Lebensqualität, einer geringeren Umweltbelastung sowie niedrigeren Gesundheitskosten.

Herzliche Grüße



Ulrike Höfken

Ministerin für Umwelt, Energie, Ernährung und Forsten Rheinland-Pfalz

JUNG UND ALT ISST BESSER



Mit der Landesinitiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ bringen wir allen Bürgerinnen und Bürgern den Wert von Lebensmitteln, eine gesunde, nachhaltige Ernährung sowie ernährungspolitische Themen nahe. Mehr als 20 Projekte und Maßnahmen für Kinder und Jugendliche, Erwachsene, Seniorinnen und Senioren sowie für benachteiligte Menschen zeigen anschaulich und praxisnah, woher regionale und ökologische Lebensmittel kommen und wie sie gesund zubereitet werden.

Wie eine gesunde, nachhaltige Ernährung aussieht, zeigen wir mit unserer Initiative in Kindertagesstätten (Kitas), Schulen und Senioreneinrichtungen. Dies wird durch praktische Ernährungsbildung etwa mit dem „Kochbus“, dem Landeskita- oder EU-Schulprogramm, dem Kita-Coaching und dem Qualifizierungsprozess Schulverpflegung ergänzt.



MEHR ALS 20 PROJEKTE
FÜR EINE GESUNDE NACHHAL-
TIGE ERNÄHRUNG.



90 PROZENT DER GRUND-
UND FÖRDERSCHULEN
NEHMEN AM EU-SCHUL-
PROGRAMM TEIL.

Insgesamt investiert das Ernährungsministerium mit der Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ jährlich rund eine Million Euro in die Ernährungsbildung und in eine gute und ausgewogene Gemeinschaftsverpflegung.



Mit Erfolg: Zum Beispiel nehmen bereits rund 150 Schulen und deren Träger am Qualifizierungsprozess Schulverpflegung teil. Rund 140 Kitas beteiligen sich an der Qualifizierung zur Ernährungs-Kita oder am Kita-Coaching, um ihr Verpflegungsangebot schrittweise an die DGE-Qualitätsstandards anzupassen. Am EU-Schulprogramm, das die kostenlose Abgabe von



Obst, Gemüse und Milch sowie verpflichtende Ernährungsbildung vorsieht, nehmen rund 90 Prozent der Grundschulen und etwa 80 Prozent der Kitas teil – mit dem Ziel der flächendeckenden Umsetzung.

Gut ist aber nicht gut genug: Das Ernährungsministerium will mit zahlreichen Projekten die Ernährungsbildung und Gemeinschaftsverpflegung in Rheinland-Pfalz verbessern.

Auf den folgenden Seiten stellen wir die vielseitigen Projekte der Ernährungsinitiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ vor, zeigen Fördermöglichkeiten auf und führen weitere Hinweise und Ansprechpartner an.



**Rheinland-Pfalz
ISST BESSER**

UNSER ANGEBOT FÜR KITA-KINDER



Fast 100.000 Kinder erhalten in rheinland-pfälzischen Kitas regelmäßig ein Mittagessen. Für mehr als 90 Prozent der Kitas ist das gemeinsame Mittagessen inzwischen Standard. Das Ernährungsministerium setzt zum Beispiel mit dem neuen Landesprogramm für Kitas oder der Coaching-Initiative auf eine dauerhafte und nachhaltige Ernährungsbildung von klein auf. Denn die Grundlagen für eine gute Ernährung werden bereits im Kindesalter gelegt.

Landesprogramm für Kitas

Mit dem Schuljahr 2019/2020 startet Rheinland-Pfalz ein landesspezifisches Programm für Kitas in Anlehnung an das EU-Schulprogramm. Daran können alle Kitas in Rheinland-Pfalz freiwillig teilnehmen. Der Vorteil: Jedes Kita-Kind erhält einmal pro Woche eine kostenlose Portion frisches Obst und Gemüse und bzw. oder eine Portion zuckerfreie Trinkmilch.



Unser Ziel dabei: Mindestens 20 Prozent Bioprodukte oder Produkte aus regionaler Erzeugung sollen im Jahresdurchschnitt zum Einsatz kommen.



**Kita
ISST BESSER**



EINE EXTRA-PORZION
OBST UND GEMÜSE
FÜR KITA-KINDER.

Ansprechpartnerin

Katharina Schärfke
kita-schulprogramm@mueef.rlp.de

Das aus Landesmitteln finanzierte Programm setzt einen Schwerpunkt auf die Gesundheitsförderung und Ernährungsbildung.

Die Kinder lernen eine große Anzahl an unterschiedlichen Obst- und Gemüsesorten kennen und erfahren, welche Bedeutung diese Lebensmittel für ihre körperliche Entwicklung und geistige Leistungsfähigkeit haben. Weitere Ernährungsbildungsmaßnahmen sind die Durchführung von Projekten oder Projekttagen und der Besuch außerschulischer Lernorte, wie zum Beispiel Bauernhöfe.

Für die Kitas in Rheinland-Pfalz wird es mit dem neuen Landes-Kitaprogramm einfacher, weil die EU-Regularien wegfallen. Auch kleinere Erzeuger können teilnehmen und das Angebot von regionalen, saisonalen und ökologischen Lebensmitteln wird gestärkt.

Coaching-Initiative „Kita isst besser“

Gute Ernährung sowie Bewegung und Entspannung sind für die geistige und körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen besonders wichtig. Um bereits bei den Kleinsten die Basis für ein bewusstes Ernährungsverhalten und einen gesunden Lebensstil zu fördern, hat Rheinland-Pfalz im Jahr 2013 die Coaching-Initiative „Kita isst besser“ gestartet.

Die Coaching-Initiative richtet sich an Kitas in Rheinland-Pfalz, die Gesundheitsprävention besonders im Hinblick auf Ernährung zu ihrem Schwerpunkt machen möchten. Mit der Initiative werden feste Strukturen geschaffen, um die Bildung für einen nachhaltigen, gesundheitsfördernden Ernährungs- und Lebensstil in den Kitas langfristig zu verstetigen und dauerhaft im Kita-Alltag zu etablieren.



Landesweit erhalten jährlich bis zu 20 Kitas ein kostenloses, einjähriges Coaching durch die Ernährungsberaterinnen der Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) – verbunden mit finanziellen Zuwendungen zur Umsetzung der individuellen Maßnahmen.

Seit 2013, dem Start der Initiative, hat das Ernährungsministerium 112 Kitas in den Coaching-Prozess aufgenommen.



ETWA **150.000** KINDER
BESUCHEN EINE TAGESEINRICHTUNG
IN RHEINLAND-PFALZ.

Informationen

bit.ly/kita-isst-besser
www.kitaverpflegung.rlp.de
www.schulverpflegung.rlp.de

Insgesamt konnten fast 9.000 Kita-Kinder und deren Eltern mit Ernährungsbildungsmaßnahmen erreicht werden.

Den ausgewählten Kitas stehen die zehn Ernährungsberaterinnen der Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) als neutrale Gesprächs- und Informationspartnerinnen zur Seite. Sie unterstützen die Kita-Teams bei der Entwicklung individueller Handlungsziele, bei der Umsetzung von Maßnahmenpaketen zur Verbesserung von Verpflegungsangebot, Essatmosphäre, Ernährungsbildung sowie Bewegung und Entspannung.

Qualifizierung zur Ernährungs-Kita

Die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung bietet seit 2018 eine landesspezifische 3-Sterne-Qualifizierung an. 21 Kitas haben sich bereits angemeldet, neun Kitas haben die Auszeichnung schon erhalten.

2.331 VON 2.527
KITAS BIETEN EIN MITTAG-
ESSEN AN = MEHR ALS
90 PROZENT.



Als Ernährungs-Kita erarbeiten und dokumentieren Kitas ihr Verpflegungskonzept gemäß dem DGE-Qualitätsstandard und legen ein Hauptaugenmerk auf Nachhaltigkeit, Zwischenverpflegung und interkulturelle Kompetenz in der Verpflegung.

Die Kitas erarbeiten selbständig drei Qualitätsbereiche: das Verpflegungsangebot, die Ernährungsbildung und Essatmosphäre sowie das genannte Verpflegungskonzept.

Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung

Durch den Ausbau der Ganztagsbetreuung gewinnen Kitas und Schulen als Lebens- und Erfahrungsräume immer mehr an Bedeutung, auch in der Verpflegung. Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung ist eine zentrale Anlaufstelle bei Fragen rund um die Kita- und Schulverpflegung.



**FRISCHKÜCHEN:
FÖRDERUNG VON BIS ZU
5.000 EURO MÖGLICH.**

Unabhängig unterstützt die Vernetzungsstelle die Verantwortlichen, eine an den Bedürfnissen ausgerichtete, ausgewogene Ernährung umzusetzen. Die Angebote orientieren sich an den Empfehlungen der Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Wichtig ist die Vernetzung aller Beteiligten, um dauerhaft gute Verpflegungsangebote sicherzustellen.

Förderkriterien Frischküchen

Um die Verpflegung in den Einrichtungen langfristig und nachhaltig zu optimieren, unterstützt das Ernährungsministerium diese künftig bei maßnahmenbezogenen Anschaffungen. Kita- und Schulträger – primär in Pilotregionen – können hierfür eine Förderung von bis zu 5.000 Euro pro Einrichtung erhalten.

Die Förderung ist zum Beispiel vorgesehen für Personalqualifikation, Beratung und Maßnahmen zur Erhöhung des Einsatzes ökologisch erzeugter und regionaler Produkte. Das Ernährungsministerium unterstützt aber auch Anschaffungen für eine Frischküche, wie etwa eine Salatbar oder Frischekühltheke.

Zudem fördert das Ernährungsministerium die Bio-Zertifizierung oder die Zertifizierung nach den Qualitätsstandards der DGE.

5-Sterne-Power-Frühstück

In Rheinland-Pfalz ist die Ernährungsbildung in den Bildungs- und Erziehungsempfehlungen für Kitas verankert. Um Ernährungsbildung im Kita-Alltag mit Leben zu füllen, hat das Ernährungsministerium ein Frühstücksprojekt für Kitas entwickelt: Das 5-Sterne-Power-Frühstück.

Es enthält praktische Anleitungen und Anregungen für Aktivitäten zur Ernährungsbildung in der Kita. Zudem wird neben wichtigen Informationen zum Frühstück vor allem die Zusammenarbeit zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften gestärkt.

Für die Kinder ist es sinnvoll, wenn das Frühstücksangebot zu Hause mit dem Verpflegungskonzept der Kita abgestimmt ist. Deshalb gibt es für die Eltern ein Rezeptheft mit einfachen Vorschlägen fürs Frühstück.



In der Kita werden Frühstück und Zwischenmahlzeit mit allen Sinnen erfasst: Dazu gehören Riechen, Schmecken, Sehen, Fühlen, Experimentieren sowie fantasievoll Kombinieren, Zubereiten und Anrichten.

Ansprechpartnerin

Edith Cleres-Thein

edith.cleres-thein@mueef.rlp.de

UNSER ANGEBOT FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER



Mahlzeiten verlagern sich immer mehr von zu Hause in die Gemeinschaftsverpflegung. Die Zahlen sprechen für sich: In Rheinland-Pfalz gibt es mittlerweile an rund 1.200 Schulen ein Ganztagesangebot – das sind etwa 80 Prozent der Schulen landesweit.

Die Kinder und Jugendlichen erhalten dort an mindestens vier Tagen ein Mittagessen. Mit der Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ und den darin gebündelten Projekten wie dem EU-Schulprogramm oder dem Qualifizierungsprozess Schulverpflegung unterstützt das Ernährungsministerium Einrichtungen dabei, Kindern und Jugendlichen ein ausgewogenes und nachhaltiges Verpflegungsangebot anzubieten.

Um die Nachhaltigkeit in der Verpflegung weiter zu fördern, wollen wir mit Unterstützung des Öko-Aktionsplans das Verpflegungsangebot stufenweise auf 30 Prozent Bio-Anteil ausbauen.



**Schule
ISST BESSER**



RUND **150.000** SCHÜLER
PROFITIEREN IM SCHULJAHR
2018/19 VON EINER EXTRA-
PORTION OBST UND GEMÜSE.

Informationen

bit.ly/EU-Schulprogramm
www.schulverpflegung.rlp.de

EU-Schulprogramm für Grund- und Förderschulen

Kinder benötigen Energie und ausreichend Nährstoffe für ihre körperliche und geistige Entwicklung. Um Kinder für mehr Gemüse und Obst zu begeistern, beteiligt sich Rheinland-Pfalz am EU-Schulprogramm. Zurzeit nehmen rund 90 Prozent aller Grund- und Förderschulen das Angebot an. Sie erhalten jede Woche eine kostenlose Portion frisches Obst, Gemüse und pure Trinkmilch für jedes Schulkind.

Ziel unseres Öko-Aktionsplans ist es, auch Bio-Produkte im EU-Schulprogramm auszugeben. So waren im Schuljahr 2017/18 beispielsweise 23 Prozent der Milch in Bioqualität.

Die Schülerinnen und Schülern lernen nicht nur, dass Obst und Gemüse schmecken und fit halten und Milch eine Kraft-

portion an Kalzium und hochwertigem Eiweiß liefert, sondern erfahrenen Wissenswertes über den Anbau, die Qualität und die Verarbeitung von Lebensmitteln.

Qualifizierungsprozess Schulverpflegung

Gutes Essen in angenehmer Atmosphäre trägt dazu bei, dass die Schülerinnen und Schüler sich in der Schule wohlfühlen.

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung unterstützt seit 2014 die Schulen auf ihrem Weg zu einer gesunden und qualitätsgesicherten Verpflegung. Für Schulträger und Schulen gibt es das kostenlose Angebot eines mehrstufigen Qualifizierungsprozesses, der die Schulverpflegung an die DGE-Standards heranführt und schließlich mit drei Sternen abgeschlossen werden kann.



VON 2014 BIS 2018
HABEN SICH **146** SCHULEN
FÜR DEN QUALIFIZIERUNGS-
PROZESS SCHULVERPFLEGUNG
ANGEMELDET.



2018 WURDEN **24**
KOCHTAGE REALISIERT
UND GEFÖRDERT.

Informationen

bit.ly/Schulprojekt-Ernaehrung-nachhaltig-gestalten
bit.ly/ABC-der-Lebensmittel

Ernährung nachhaltig gestalten – Was ist unser Essen wert?

Das Projekt sensibilisiert Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen sieben bis zehn, sich mit dem Wert von Lebensmitteln auseinanderzusetzen. Es bringt ihnen den sachgerechten und sorgsamen Umgang mit Lebensmitteln näher.

Die Jugendlichen erarbeiten die Zusammenhänge von Lebensmittelqualität, Wertschätzung und nachhaltigem Ernährungsverhalten, erlernen Garmethoden und Schneidetechniken.

Das Highlight der Unterrichtseinheit bildet ein Kochtag mit einem professionellen Koch aus der Gastronomie. Die Schülerinnen und Schüler bereiten gemeinsam mit dem Profikoch ein gesundes und nachhaltiges Menü zu.

Das Projekt beinhaltet das komplette Unterrichtsmaterial für zehn Unterrichtsstunden, die von den Lehrkräften durchgeführt werden.

Das ABC der Lebensmittel – Grundschüler lernen mit allen Sinnen

Mit der Unterrichtsreihe „ABC der Lebensmittel“ erleben die Kinder in allen vier Jahren der Grundschulzeit das Thema Ernährung in Theorie und Praxis.

Die Schülerinnen und Schüler lernen verschiedene Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe kennen. Sie setzen sich mit dem Einfluss von Essen und Trinken auf die Leistungsfähigkeit auseinander, erwerben Fertigkeiten bei der Zubereitung von Lebensmitteln und machen beim gemeinsamen Essen neue Geschmackserfahrungen.



**RUND 10.000 KINDER IN
530 KLASSEN HABEN VON
2010 BIS 2018 MITGEMACHT.**

Im Sinne einer „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ wird bei der Auswahl der Lebensmittel besonderer Wert auf die Verwendung regionaler und saisonaler Produkte gelegt.

Das Ernährungsministerium fördert die Durchführung der Unterrichtseinheiten „ABC der Lebensmittel“ in den ersten beiden Grundschuljahren.



Die Ferienkochkünstler – Fortbildungsangebot für Betreuerinnen und Betreuer

Über die Ferienbetreuung können zehntausende Kinder und Jugendliche erreicht und der Wert einer gesunden und klimafreundlichen Ernährung vermittelt werden. Jugendämter, Jugendherbergen, Jugendverbände, Träger der Jugendhilfe oder Kirchen wollen wir motivieren, Ferienangebote mit Unterstützung von Ferienkochkünstlerinnen und -künstlern umzusetzen.



Während einer zwölfzügigen kostenlosen Fortbildung können ehren- und hauptamtliche Betreuerinnen und Betreuer von Freizeitangeboten die Zusatzqualifikation „Ferienkochkünstler“ erwerben.

Sie lernen, kreative Ferienprogramme zur nachhaltigen Ernährung zu gestalten und dies ganzheitlich und spielerisch zu vermitteln.



AB 2019 GIBT ES DAS
FORTBILDUNGSANGEBOT
AUCH FÜR CATERER.

Informationen

bit.ly/Fortbildung-Ferienkochkuenstler

Mehr als die Hälfte der Erwachsenen in Rheinland-Pfalz sind übergewichtig. Das zeigt: Wir müssen handeln.

Ernährungsbedingte Krankheiten verursachen bereits ein Drittel der jährlichen Kosten des Gesundheitssystems. Um diese Entwicklung umzukehren, bietet das Ernährungsministerium vielfältige Projekte für alle Rheinland-Pfälzer rund um das Thema ausgewogene und gesunde Ernährung an.

Ernährungsberatung der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Zucker oder Süßstoff, Fleisch aus biologischer oder konventioneller Haltung: Angesichts immer neuer Produkte und irreführender Werbung kann der Lebensmitteleinkauf viele Fragen aufwerfen.



**RUND 670
EINZELBERATUNGEN
IM JAHR 2017.**

Die Verbraucherzentrale ist Ansprechpartnerin bei Fragen zu Lebensmittelqualität und -reklamationen sowie zur Lebensmittelkennzeichnung. Sie informiert schnell und sachkundig bei aktuellen Lebensmittelkandalen. Außerdem beraten die Fachkräfte über genussvolles, gesundes Essen und Trinken sowie nachhaltigen Konsum.



ERNÄHRUNGSBERATERINNEN
STEHEN IHNEN KOMPETENT
ZUR SEITE.

Informationen

www.verbraucherzentrale-rlp.de
www.ernaehrungsberatung.rlp.de

Die Beratung ist für Verbraucherinnen und Verbraucher kostenlos. Das Ernährungsministerium finanziert die Beratung im Bereich Ernährung und Lebensmittel seit 1993.

Ernährungsberatung der DLR

In einer Welt mit vielen, oft widersprüchlichen Ernährungsbotschaften sind die Ernährungsberaterinnen der Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) eine gute Anlaufstelle.

Die Ernährungsberatung der DLR vermittelt Wissen über die gesamte Produktionskette und weckt bei Großküchenbetreibern und Verbrauchern ein Bewusstsein für hochwertige Lebensmittelqualität. Die Vorteile frischer, regionaler und wenn möglich ökologisch erzeugter Lebensmittel werden besonders herausgestellt.

Die Ernährungsberatung arbeitet bei verschiedenen Projekten mit den Landfrauenverbänden in Rheinland-Pfalz zusammen. Dazu zählen Veranstaltungen zu ernährungsrelevanten Themen sowie die Fortbildung der Kursleiterinnen, die als geschulte Fachkräfte für die praktische Umsetzung einer gesunden und nachhaltigen Ernährung eingesetzt werden.

Gesunde Ernährung für Langzeitarbeitslose

Der Verlust des Arbeitsplatzes hat in der Regel weitreichende Konsequenzen – nicht nur für die Einkommenssituation der Betroffenen.

Mit Praxisworkshops und Ernährungstraining für Langzeitarbeitslose zeigen die Arbeitsagenturen, die rheinland-pfälzischen Krankenkassen sowie das Ernährungs-



ministerium gemeinsam Möglichkeiten zur gesunden Verpflegung auf. Außerdem werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Trägern geschult, damit sie künftig Praxisteile zur gesunden Ernährung selbst anbieten können.



KOSTENLOSE KOCHKURSE
FÜR KINDER UND ELTERN.

Ansprechpartner

Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e.V.
ernaehrung@vz-rlp.de

Informationen

bit.ly/Gut-versorgt-ins-hohe-Alter

Die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz führt das Projekt in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung durch. Dabei handelt es sich um das erste Kooperationsprojekt der rheinland-pfälzischen Krankenkassen mit einem rheinland-pfälzischen Ministerium.

Kinderküche für Familien – Iss dich fit und schlau

Gesunde Ernährung ist das A und O für das körperliche und seelische Wohlbefinden. Dabei ist Essen viel mehr als Nahrungsaufnahme: Es hat eine soziale Komponente und ist eine gute Gelegenheit, um als Familie Zeit miteinander zu verbringen.

Neben Kitas und Schulen können auch Familieninstitutionen einen Beitrag zur Ernährungsberatung leisten. Mit dem

Projekt „Kinderküche – Iss dich fit und schlau“ bieten Familien- und Bildungseinrichtungen wie das Mainzer Kinderhaus Blauer Elefant kostenlose Kochkurse für Kinder und Eltern an.

Gesund ins hohe Alter

Die Verbraucherzentrale bietet in Kooperation mit dem Qualitätszirkel Ernährung ein Angebot zur bedarfsgerechten Verpflegung für ältere, pflegebedürftige Menschen an. Neben regionalen Workshops zum Thema „Essen und Trinken bei Demenz“ können Einrichtungen Speisepläne durch die Verbraucherzentrale auf der Basis des „Qualitätsstandards für die Verpflegung in Senioreneinrichtungen“ der DGE überprüfen lassen. Dabei wird sowohl auf die Auswahl der Lebensmittel als auch auf die optimale Zusammenstellung im Speiseplan geachtet.



SPEISEPLANHECK
FÜR SENIOREN-
EINRICHTUNGEN.

Für 2019 plant das Ernährungsministerium, das Projekt auf die Betreuung pflegebedürftiger Seniorinnen und Senioren durch ambulante Pflegedienste zu erweitern. Dabei kooperieren wir mit der Beratungs- und Prüfbehörde nach Landesgesetz über Wohnformen und Teilhabe.



Ansprechpartner

Dr. Sven Gierse
lebensmittelueberwachung@
mueef.rlp.de

Vernetzungsstelle Seniorenernährung

Mit der bundesweiten Einrichtung von Vernetzungsstellen für Seniorenernährung sollen künftig bestehende Strukturen genutzt und Kooperationen etwa mit Vereinen oder Anbietern von Mittagstischen für Seniorinnen und Senioren vereinbart werden.

Die Vernetzungsstellen sollen die Qualität der Verpflegung in Gemeinschaftseinrichtungen und von Angeboten „auf Rädern“ verbessern.

Außerdem legen sie den Fokus auf die Förderung der sozialen Teilhabe älterer und alter Menschen – mit der Berücksichtigung generationenübergreifender und sozialraumbezogener Ansätze.

Der Kochbus – Bühne für gute Ernährung

Gemeinsam kochen, essen und dabei verschiedene Themen wie gesunde Ernährung, Schul- und Kitaverpflegung, Tierhaltung oder regionale und ökologische Produktion ansprechen – genau dazu hat das Ernährungsministerium den Kochbus vor fünf Jahren auf Fahrt geschickt.

Er bringt die Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ an mehr als 60 Terminen im Jahr zu den Menschen vor Ort. Der Kochbus kann für Veranstaltungen mit Ernährungsbezug oder Projektstage beispielsweise in Kita, Schule, Ferienbetreuung oder Senioreneinrichtung angefragt werden.

Informationen

bit.ly/kochbus



KOCHBUS: FAHRENDER BOT-
SCHAFTER FÜR NACHHALTIGE
ERNÄHRUNG IM LAND.

SERVICE



KOCHBUS ON TOUR:
AN MEHR ALS **60**
TERMINEN IM JAHR.

**Das Ernährungsreferat im Ministerium
für Umwelt, Energie, Ernährung und
Forsten**

Gesund essen in der Schule:

Katharina Schärfke

katharina.schaerfke@mueef.rlp.de

Gesund essen in der Kita:

Edith Cleres-Thein

edith.cleres-thein@mueef.rlp.de

Ernährungspolitik:

Christiane Schäfer

christiane.schaefer@mueef.rlp.de

Silke Helbig

silke.helbig@mueef.rlp.de

Nachhaltiger Konsum:

Tanja Girke-Bojang

tanja.girke-bojang@mueef.rlp.de

Ernährung und Prävention:

Brigitta Poppe-Reiners

brigitta.poppe-reiners@mueef.rlp.de

Gesund essen in Senioreneinrichtungen:

Dr. Sven Gierse

lebensmittelueberwachung@mueef.rlp.de

Weitere Informationen

Ernährungsinitiative

„Rheinland-Pfalz isst besser“

bit.ly/RLP-Ernaehrung

Broschüre

„Nachhaltige Ernährung – Was unser Essen mit dem Klimaschutz zu tun hat“
bit.ly/RLP-PDF-Ernaehrung-und-Klimaschutz

Booklet

„20 Prozent Bio für Rheinland-Pfalz“
bit.ly/RLP-Öko-Aktionsplan

Lebensmittelfoblätter

Information und Rezepte für 20 Obst- und Gemüsesorten
bit.ly/MUEEF-Rezeptkarten



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN

Kaiser-Friedrich-Straße 1
55116 Mainz

www.mueef.rlp.de

www.facebook.com/UmweltRLP

www.twitter.com/UmweltRLP