

GENUSS, GEMEINSCHAFT, BILDUNG UND NACHHALTIGKEIT



**INFORMATIONEN FÜR KITAS
BILDUNGSBEREICH ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT**



Verband katholischer
Kindertageseinrichtungen
Bayern



DIE STIMME FÜR KINDER

Bayerische Ernährungsstrategie

Die im August 2024 durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus (StMELF) veröffentlichte Ernährungsstrategie für Bayern enthält insgesamt sechs grundlegende Leitsätze, die der Verband katholischer Kindertageseinrichtungen Bayern e.V. in mehreren Info-Dokumenten zur Verdeutlichung der Zielsetzungen im Bereich Kita-Verpflegung verwendet.

Für den Verband steht die Bayerische Ernährungsstrategie in Zusammenhang mit den für Kindertageseinrichtungen richtungsweisenden bzw. verpflichtenden Regelungen und Gesetzen wie dem Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplan BayBEP, den die Ernährung und Gesundheit betreffenden Nachhaltigkeitszielen der Agenda 2030 und den verpflichtenden Kinderrechten der UN-Kinderrechtskonvention. Ernährung ist Teil der ganzheitlichen Bildung und Erziehung in katholischen Kindertageseinrichtungen.

Im Folgenden werden die sechs Leitsätze näher beschrieben, die lt. StMELF für ein ganzheitliches Verständnis von Ernährung stehen.



GESUND LEBEN

Einen aktiven und gesundheitsfördernden Lebensstil in Bayern unterstützen – mit mehr Wissen, guten Rahmenbedingungen und passenden Angeboten für alle.



KLIMA SCHÜTZEN

Eine klimaverträgliche Ernährung unterstützen – mit Fokus auf regionale und saisonale Produkte sowie kurze Wege.



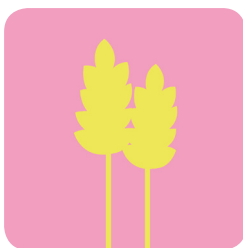
WERTSCHÄTZEN STATT VERSCHWENDEN

Lebensmittelverschwendung auf allen Ebenen vermeiden – vom Anbau bis zum Haushalt durch Aufklärung, Wertschätzung und kluge Prozesse.



REGIONAL STÄRKEN

Regionale und bioregionale Wertschöpfungsketten fördern – um Versorgungssicherheit zu stärken und regionale Identität zu bewahren.



ZUKUNFT GESTALTEN

Ein resilientes und zukunftsfähiges Ernährungssystem aufbauen, das flexibel auf Krisen reagieren kann und soziale Teilhabe ermöglicht.



BAYERN GENIESSEN

Spezialitäten, Qualität und Handwerkskunst begleiten – denn Essen ist auch Kultur, Identität und Lebensfreude.



Broschüre Ernährungsstrategie für Bayern

Ernährung & BayBEP

Diese Leitsätze der Bayerischen Ernährungsstrategie haben Schnittmengen zu Bildungs- und Erziehungszielen wie sie der Bayerische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder in Tageseinrichtungen bis zur Einschulung – abgekürzt BayBEP – vorsieht.

Der Verband katholischer Kindertageseinrichtungen Bayern e.V. bringt im Folgenden ausgewählte Ziele des BayBEP (StMAS, IFP, BayBEP 2006, S. 293,295,299,374) in Verbindung mit den definierten Leitsätzen der Bayerischen Ernährungsstrategie. Eine kurze Erläuterung nimmt jeweils Bezug auf die praktische Umsetzung in den bayerischen Kitas.



Wissen über gesunde Ernährung erwerben

Ernährungsbildung ist ein Querschnittsthema. Kitas greifen es z.B. während des Freispiels auf, wenn Bilderbücher zum Thema gesunde Ernährung bereitstehen und Kinder sich untereinander und mit Erwachsenen austauschen. Auch bei Rollenspielen ergeben sich Gespräche über Einkaufen, Kochen und Lieblingsspeisen. Pädagogische Mitarbeitende geben Impulse und knüpfen an die Interessen der Kinder an. Eine gute Gelegenheit für solche Gespräche sind die Essenssituationen selbst.



Foto: iStock/Monkeybusinessimages

Essen als Genuss mit allen Sinnen erleben

In Kindertageseinrichtungen erleben Kinder Gemeinschaft und Partizipation, auch beim Essen. Sie freuen sich über schmackhafte Gerichte und probieren oftmals unbekannte Lebensmittel – eventuell nicht sofort, aber mit der Zeit und wenn sie sehen, was anderen schmeckt. Kitas achten darauf ein vollwertiges Angebot an Lebensmitteln zur Verfügung zu stellen, aus dem Kinder auswählen können.



Foto: iStock/Monticello

Wissen zu Produktion, Beschaffung, Zusammenstellung und Verarbeitung von Lebensmitteln erwerben

Je nach Alter und persönlichen Interessen wollen Kinder bei bestimmten Lebensmitteln erfahren, wo diese herkommen bzw. wie sie hergestellt werden. Themen und Fragen lauten beispielsweise: Wo und wie wachsen Kartoffeln, Zucchini, Birnen? Welche Lebensmittel entstehen regional in Bayern und welche werden aus weit entfernten Ländern geliefert? Wie lässt es sich in der Kita/zu Hause vermeiden, Lebensmittel wegzuworfen?



Foto: Bettina Bischof

Erfahrungen mit Zubereitung von Speisen (kochen, backen) sammeln

Selbst zubereitete Speisen zu essen, ist interessant und macht vielen Kindern Freude. Sie genießen es, anderen das Ergebnis ihrer Arbeit zu zeigen, selbst zu probieren und andere kosten zu lassen. Sie sind stolz auf ihr Wissen und neuerworbene praktische Fähigkeiten. Werden sie bei Planung und Einkauf einbezogen, sammeln Kinder wichtige Erfahrungen zur Auswahl von gesunden, regionalen, saisonalen Lebensmitteln, zur Mengenplanung und zu fairen Preisen für Produzenten.

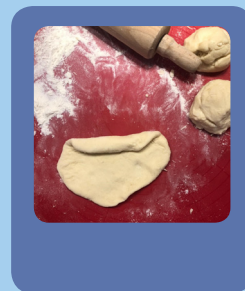


Foto: Alexa Glawogger-Feucht

Unterscheiden lernen zwischen Hunger und Appetit



Kindertageseinrichtungen begleiten Kinder dabei, reflektiert mit Appetit und Lust auf bestimmte Lebensmittel umzugehen und diesen von Hunger zu unterscheiden, der sich bemerkbar macht, wenn der Körper neue Energie benötigt. Vielen Kitas ist wichtig, dass bei Appetit auf süße, salzige und übermäßig fettthaltige Lebensmittel Maß gehalten wird. Meist dürfen die Kinder jederzeit auf Obst und Gemüse zugreifen.



Foto: iStock/Monticello

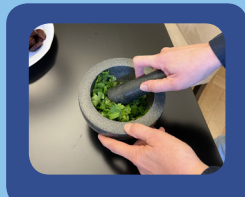
Bereitschaft zu umweltbewusstem Handeln entwickeln

Bereits die Auswahl von Lebensmitteln und der Umgang mit diesen kann einen Beitrag zu Klimaschutz und Biodiversität leisten. Kinder erleben dadurch in der Kindertageseinrichtung, dass umweltbewusstes Handeln unkompliziert sein kann.



Foto: freepic KI

Ernährung mit ökologischen Lebensmitteln



Kindertageseinrichtungen sensibilisieren für die Zusammenhänge in heimischen Ökosystemen und achten bei der Verpflegung der ihnen anvertrauten Kinder auf bioregionale Zutaten.



Foto: iStock/Monticello

Schonender und sensibler Umgang mit Lebensmitteln

Lebensmittel sind wertvoll, deshalb wird in der Kita bei jeder Mahlzeit damit sorgsam umgegangen. Die Kinder werden dabei begleitet, sich nur so viel zu nehmen, wie sie essen möchten und es wird die Gelegenheit geboten nachzunehmen, damit nichts oder nur wenig weggeworfen werden muss. Kinder lernen somit aufeinander zu achten und zu teilen.



Foto: freepic KI



Der Bayerische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder in Tageseinrichtungen

Ernährung & Nachhaltigkeit

Die Agenda 2030 der Vereinten Nationen mit 17 Zielen für nachhaltige Entwicklung ist ein globaler Plan zur Förderung nachhaltigen Friedens und Wohlstands und zum Schutz der Erde. Seit 2016 wird daran gearbeitet, diese gemeinsame Vision zur Bekämpfung der Armut und Reduzierung von Ungleichheiten in nationale Entwicklungspläne zu überführen. Dabei sei es besonders wichtig, sich den Bedürfnissen und Prioritäten der schwächsten Bevölkerungsgruppen und Länder anzunehmen – denn nur wenn niemand zurückgelassen werde, können die Ziele erreicht werden.

Die Ziele für nachhaltige Entwicklung können die Welt durch internationale Zusammenarbeit verändern. Auch wenn es manchmal unmöglich scheint, dass die Maßnahmen jedes Einzelnen überhaupt wirken, tatsächlich zahlt sich schon die kleinste Veränderung menschlichen Verhaltens positiv aus. (<https://unric.org/de/17ziele>)

Die drei unten genannten Nachhaltigkeitsziele betreffen das Thema Ernährung und Gesundheit weltweit und gelten somit auch für alle Kinder in katholischen Kindertageseinrichtungen in Bayern. Kinder können dort ihren eigenen kleinen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit leisten.

2. Ziel

Kein Hunger

2 KEIN HUNGER



Die Ernährung soll weltweit gesichert sein. Dieses Ziel soll lt. Agenda bis 2030 unter anderem durch nachhaltige Landwirtschaft erreicht sein.

<https://unric.org/de/17ziele/sdg-2/>



3. Ziel

Gesundheit und Wohlergehen

3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN



Dieses Ziel umfasst gesunde Ernährung, sauberes Wasser, gute Luft (und Zugang zu medizinischer Versorgung) für alle Menschen weltweit.

<https://unric.org/de/17ziele/sdg-3/>



12. Ziel

Nachhaltiger Konsum und Produktion

12 NACHHALTIGE/R KONSUM UND PRODUKTION



Hier geht es um Regeln für den Umgang mit begrenzten Ressourcen und für den Arbeits-, Gesundheits- und Umweltschutz.

<https://unric.org/de/17ziele/sdg-12/>



Die 17 globalen Nachhaltigkeitsziele

Ernährung & Kinderrechte

In der am 26. Januar 1990 unterzeichneten und am 5. April 1992 ratifizierten Konvention über die Rechte des Kindes (UN-KRK) verpflichtet sich Deutschland völkerrechtlich zur Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention.



Die UN-Kinderrechtskonvention

Für Kindertageseinrichtungen in Bayern bedeuten, die für das Thema Ernährung wichtigen Kinderrechte (siehe unten), dass sie:

- für die von ihnen betreuten Kinder eine vollwertige Verpflegung und eine sichere Umgebung zur Verfügung stellen,
- armutsgefährdeten Familien sensibel und unterstützend begegnen,
- durch Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) die künftige Generation für die aktuellen weltweiten Herausforderungen in Bezug auf Klima, Ernährung, sauberes Wasser und saubere Luft sensibilisieren und stärken,
- darauf achten, dass beim gemeinsamen Essen Austausch, sprachliche Bildung und Förderung der Sinneswahrnehmung stattfinden und
- die Kinder mitbestimmen lassen, wie die Essenssituation gestaltet wird und diese entscheiden, was auf ihren Teller kommt und wie viel sie essen möchten.

UN-KRK Artikel 12

Selbst- und Mitbestimmung



Kinder haben das Recht selbst zu entscheiden, was auf ihren Teller kommt und wie viel. Sie bestimmen bei der Gestaltung der Essenssituation mit.



UN-KRK Artikel 24

Gesundheitsvorsorge



Kinder haben ein Recht auf vollwertige Lebensmittel in ausreichender Menge, sauberes Trinkwasser, saubere und sichere Umwelt.



UN-KRK Artikel 27

Angemessene Lebensbedingungen



Kinder haben ein Recht auf Ernährung, Bekleidung und Wohnraum.



UN-KRK Artikel 29

Bildungsziele, Bildungseinrichtungen



Kinder haben ein Recht darauf, dass ihnen Achtung vor der natürlichen Umwelt vermittelt wird. Sprachförderung und Sinneserfahrungen sind wichtige Bildungsbereiche.



Kinderrechte sind Menschenrechte

FAZIT

In katholischen Kindertageseinrichtungen gehen Genuss und Bildung Hand in Hand. Die Kinder erleben in Gemeinschaft pädagogisch begleitete Mahlzeiten, sind selbst aktiv und machen vielfältige Lernerfahrungen. Gesundheitsförderung und Bildung für nachhaltige Entwicklung stärken Kinder für ihre Zukunft.



www.kath-kita-bayern.de – Ernährung

Zusammenstellung
und Redaktion:

Bettina Bischoff, Fachreferentin
Claudia Hoffmann, Öffentlichkeitsreferentin

Satz und Grafik:

Ralf Rützel, Querform