



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

«Fourchette verte» Bern Jahresbericht 2016

Fourchette verte Bern

c/o Krebsliga Schweiz – Effingerstrasse 40 – CH-3001 Bern – Tel. 031 389 91 55 — be@fourchetteverte.ch
www.fourchetteverte.ch – Mit der Unterstützung der Kantone und Gesundheitsförderung Schweiz



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Ausgangslage

Eine abwechslungsreiche, dem Alter angepasste Ernährung fördert die Gesundheit und sollte über die gesamte Lebenszeit angestrebt werden. Ausgewogene Mahlzeiten sind für Kinder besonders wichtig, damit sie langfristig mit ausreichend Nährstoffen versorgt werden und sie sich frühzeitig an eine gesunde, abwechslungsreiche Ernährung gewöhnen.

«Fourchette verte» ist ein Qualitätslabel für Restaurationsbetriebe, das Essvergnügen und Gesundheit verbindet. Es soll im Rahmen des kantonalen Aktionsprogramms «bern gesund» in allen Kindertagesstätten (Kitas) des Kantons Bern implementiert werden.



Organisation der kantonalen Sektion

Die Gesundheits- und Fürsorgedirektion (GEF) des Kantons Bern fördert «Fourchette verte» Kleinkinder und Junior im Rahmen des Programms «Bern gesund».

Das Projekt wird von der Krebsliga Schweiz geleitet. Projektverantwortliche ist Kerstin Zuk, Fachspezialistin Ernährung bei der Krebsliga Schweiz.

Im Kanton Bern sind fünf selbständige diplomierte Ernährungsberaterinnen für «Fourchette verte» tätig. Sie beraten und begleiten die Kitas während dem Zertifizierungsprozess Vorort in ihrer Region.

Ob eine Einrichtung mit dem Label «Fourchette verte» ausgezeichnet wird, entscheidet die Zertifizierungskommission. Der Zertifizierungskommission gehören die Koordinatorin «Fourchette verte» Bern, die Ernährungsberaterinnen, ein Vertreter des Lebensmittelinspektorats, eine Pädagogin, und eine Körperwahrnehmungstherapeutin an. Kommissionssitzungen finden einmal pro Quartal statt.



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Erfolgsbericht

Im Berichtsjahr haben 11 Einrichtungen das Label neu erhalten. Ende 2016 sind insgesamt 118 Einrichtungen zertifiziert (97 Kitas und 121 Tagesschulen). Einige Einrichtungen im Kanton Bern werden über «Fourchette verte» BEJU betreut. Diese sind im Bericht nicht aufgeführt, da sie die entsprechenden kantonalen Budgets betreffen.

Im Rahmen von Neuzertifizierungen, als auch Rezertifizierungen wurden 2016 von den Ernährungsberaterinnen 79 Weiterbildungen mit Kitaleitungen, Kochpersonal und KitamitarbeiterInnen durchgeführt und insgesamt 214 Personen geschult. Wochenmenüpläne sind 435 geprüft und Testessen 68 durchgeführt worden.

Der Versand der Medienmitteilung erfolgte am 30. August 2016 an die Medienstellen im Kanton Bern. (vgl. Anhang 1)

Die Kitas können bei Neuzertifizierungen bzw. bei der Zertifikatsübergabe die Medien zu informieren. Ein Medienbericht konnte dadurch erzielt werden. (vgl. Anhang 2).

«Fourchette verte» Schweiz führte 2016 zu den Inhalten von Ama Terra Schulungen für die Ernährungsberaterinnen durch. Mit einigen interessierten, bereits «Fourchette verte» zertifizierten Kitas finden die ersten Beratungen statt.

Evaluation bei den Kitas und Tagesschulen

Nach fünf Jahren «Fourchette verte» Bern wurde via einer Umfrage überprüft, welchen Profit die Kitas durch das Projekt «Fourchette verte» haben, welche Änderungen beim Mahlzeitenangebot durchgeführt wurden und ob beim Angebot von «Fourchette verte» Optimierungen erwünscht sind.

Insgesamt haben 68 Einrichtungen an der Befragung teilgenommen. Die Rücklaufquote beträgt somit erfreuliche 67.3 Prozent.

Die Mehrheit der Einrichtungen haben einen Nutzen durch das Label «Fourchette verte». Sie sehen den Profit darin, dass das Mahlzeitenangebot ausgewogener ist, bei Mitarbeitenden Fragen zum Thema Ernährung geklärt werden konnten, dass sie den Eltern ein Qualitätslabel vorweisen können und sich das Verständnis für gesundes Essen bei allen Beteiligten gebessert hat.

Im Hinblick auf die Ausgewogenheit des Mahlzeitenangebots konnten Verbesserungen erzielt werden: so hat sich in vielen Einrichtungen insbesondere das Angebot an Milchprodukten erhöht, die Fettqualität verbessert und die Vielfalt vergrößert.

Im Fragebogen wurde zudem eine Frage gestellt, ob Interesse an einem Zertifikat bezüglich Nachhaltigkeit besteht. 34 Einrichtungen (54 Prozent) bekunden Interesse an einem entsprechenden Label (Ama Terra).

«Fourchette verte» zeigt sich als nützliches und sinnvolles Präventionsprojekt im Bereich Ernährung. Mit dem Label können in verschiedenen Bereichen Verbesserungen beim Verpflegungsangebot erreicht werden. Die Einrichtungen schätzen die fachliche Unterstützung der Ernährungsberaterinnen und nutzen «Fourchette verte» als Qualitätslabel und als «Markenzeichen».

Von den Befragten können 100 Prozent das Label weiterempfehlen.

Neues Logo und Layout

Zu Beginn des Jahres hat «Fourchette verte» ein neues Logo und ein neues Visual erhalten. Sämtliche Vorlagen und Dokumente für den Kanton Bern wurden angepasst.



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Ausblick auf das kommende Jahr

Das Projekt hat sich in den letzten Jahren gut etabliert. Die Evaluation hat gezeigt, dass durch das Label und die fachliche Unterstützung der Ernährungsberaterinnen positive Veränderungen in den Kitas erreicht werden.

Die Projektleitung wird zum Jahreswechsel von der Krebsliga Schweiz an die Fachstelle PEP übergeben. Das Projekt wird 2017 von der neuen Projektleitung im gleichen Rahmen wie bisher umgesetzt.



Jahresrechnung

Informationen zur Jahresrechnung können bei der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern erfragt werden.

«Fourchette verte» Schweiz

Hier finden Sie die [Geschichte](#) und weitere Informationen zu Fourchette verte Schweiz.

Danksagung

Ein grosser Dank gilt der Gesundheits- und Fürsorgedirektion, die die Umsetzung dieses Projekts ermöglicht. Es ist erfreulich, dass durch die Arbeit mit den Kitas und Tagesschulen aktive Prävention möglich ist und zahlreiche Kinder von einer ausgewogenen Ernährung profitieren können.

bern gesund

Das Engagement des Kantons Bern
für Gesundheit und Wohlbefinden.

Ein Dankeschön geht auch an die engagierten Ernährungsberaterinnen, die mit Freude die Kitas und Tagesschulen kompetent begleiten. Den Mitgliedern der Zertifizierungskommission, die ihr Fachwissen mit einbringen und anregende Diskussionen ermöglichen, sei genauso gedankt.

Für die nationale Struktur und die Koordination von «Fourchette verte» Schweiz geht ein weiterer Dank an Esther Jost und Stéphane Montangero.



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Anhang 1

Medienmitteilung vom 30. August 2016

Prävention, die wirkt: Kitas und Tagesschulen profitieren von «Fourchette verte»

Liebe Medienschaffende

Setzen sich die Kinder in der Kindertagesstätte (Kita) an den Esstisch, können sie aus einem ausgewogenen Verpflegungsangebot auswählen. Das ist das Ziel von «Fourchette verte». Die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern fördert das Projekt seit Oktober 2010, damit Kinder in Kitas und Tagesschulen gesund und ausgewogen essen können.

Um das Zertifikat zu erhalten, werden Znüni, Mittagessen und Zvieri unter die Lupe genommen. Eine diplomierte Ernährungsberaterin unterstützt Kitas und Tagesschulen während des Zertifizierungsprozesses, um ihr Essensangebot zu optimieren. Die Ernährungsberaterin überprüft, ob alle Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Fette und Eiweiss – aber auch Vitamine und Mineralstoffe in Form von Gemüse und Früchten – vertreten sind. Werden die von «Fourchette verte» vorgegebenen Kriterien erfüllt, erhalten die Einrichtungen ein Zertifikat.

Aber braucht es dafür überhaupt ein Label?

Die Rückmeldungen in den persönlichen Gesprächen mit dem Personal sind positiv: Sie sind froh um die Unterstützung und die Kinder profitieren von der ausgewogenen Verpflegung. Bei den Probeessen, die die Ernährungsberaterin regelmässig durchführt, kann sie gut beobachten, wie Kinder sich vom ausgewogenen Essen bedienen und wie das Personal die Kinder zum Probieren neuer Lebensmittel und Gerichte animiert. Der 6-jährige Selim hat selbst gemerkt: «Früher habe ich keinen Salat gegessen. Den hab ich nicht gern gehabt. Jetzt esse ich ihn.» Auch Eltern merken, welchen Einfluss das ausgewogene Essensangebot auf die Kinder hat. Eine Mutter: «Meine Tochter isst in der Kita so viel Gemüse und Salat. Daheim isst sie das nicht.»

Ganz nebenbei profitieren auch die Mitarbeitenden von «Fourchette verte». Eine Mitarbeiterin:

«Seit wir «Fourchette verte» umsetzen, fühlen wir uns nach dem Essen viel wohler. Man ist satt, aber vom Essen nicht völlig erschlagen.»

Um zu überprüfen, was mit «Fourchette verte» tatsächlich erreicht wurde, wurde im Frühjahr 2016 bei bereits zertifizierten Kitas und Tagesschulen eine Umfrage durchgeführt. 68 Einrichtungen haben an der Befragung teilgenommen. Die erzielten Resultate sind erfreulich: Im Hinblick auf die Ausgewogenheit des Mahlzeitenangebots konnten bei nahezu allen Kitas und Tagesschulen Verbesserungen erzielt werden. So wurde insbesondere das Angebot an Milchprodukten erhöht, die Fettqualität verbessert, das Angebot an fettreichen Lebensmitteln reduziert und die Vielfalt beispielsweise bei den Beilagen und Proteinlieferanten vergrössert. Zudem bieten viele Kitas und Tagesschulen infolge von «Fourchette verte» weniger Süsses und mehr Rohkost an. Sieben Einrichtungen gaben an, dass sie die Kriterien bereits vor der Zertifizierung erfüllt hatten und bezüglich Lebensmittel- und Nährstoffangebot nichts verändern mussten.

Es gibt auch weitere positive Nebeneffekte dank des Labels. Mitarbeitende können mit der Ernährungsberaterin ihre offenen Fragen besprechen und erlangen dadurch ein besseres Verständnis für die Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung. «Der Austausch mit der Küche ist regelmässiger und spannend geworden», so ein Kommentar aus der Befragung.

Die Kitas und Tagesschulen nutzen die Auszeichnung, um den Eltern ein Qualitätslabel vorweisen zu können. Für die Qualitätssicherung kontrolliert die Ernährungsberaterin einmal pro Jahr die Menüpläne und die Einhaltung der Kriterien. «Mit einem Label behalten wir den Kontakt mit den Kitas und Tagesschulen. Die Einhaltung der Qualitätskriterien wird somit regelmässig überprüft», sagt die Projektleiterin Kerstin Zuk. Gerade wenn während des Jahres ein Personalwechsel stattfindet, sind Schulungen und Informationsgespräche bei der neuen Betriebsleitung



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

bzw. dem neu verantwortlichen Kochpersonal erforderlich, um die korrekte Umsetzung zu gewährleisten.
«Die positiven Resultate und Bestätigungen aus der Befragung sind erfreulich», sagt Kerstin Zuk. Dank
«Fourchette verte» konnten in vielen Einrichtungen positive Veränderungen erzielt werden.»
«Fourchette verte» ist ein Präventionsprojekt, das Wirkung zeigt.

Kontakt

«Fourchette verte» Bern:

Kerstin Zuk, Projektleiterin «Fourchette verte» Bern

c/o Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach 8219, 3001 Bern

Tel. 031 389 91 55, be@fourchetteverte.ch, www.fourchetteverte.ch

Der Kanton Bern fördert «Fourchette verte» für Kleinkinder und Jugendliche im Rahmen des Programms «bern gesund». Im August 2016 sind im Kanton Bern 109 Kitas und 19 Tagesschulen zertifiziert. Zertifizierte Betriebe sind unter folgendem [Link](#) ersichtlich.

bern gesund

Das Engagement des Kantons Bern
für Gesundheit und Wohlbefinden.



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Anhang 2

Medienbeiträge 2016

Jungfrau Zeitung, Interlaken Unterseen
26. Oktober 2016

Die grüne Gabel für die Tagesschule

Die Stedtlkinder essen besonders gesund. Köchin Sandra Kräuliger erhielt für ihren Einsatz in der Küche beim Steindlerschulhaus das Qualitätslabel «Fourchette verte».

von Nora Devenish



Freuen sich über eine gesündere Unterseener Jugend: Ernährungsberaterin Barbara Lüscher, Tagesschulleiterin Esther Dauber, Köchin Sandra Kräuliger, Christine von Allmen, Bildungskommission, Betreuerin Margrith Iseli, Gemeinderätin Brigitta Wyss, Angela Weibel, Bildungskommission und Esmeralda Forny, Betreuerin (vlnr). Fotos: Nora Devenish

Eltern wissen allzu gut: Das Essverhalten der Kleinen kann bald einmal zum Stressfaktor werden. Heute isst man auch zu Hause oft schnell und ungesund, dem Hausfrieden oder der Bequemlichkeit wegen. Die Folge: überzuckerte Kinder, leistungsgeschwächte Jugendliche und in die Höhe schnellende Gesundheitskosten. Das Qualitätslabel «Fourchette verte» in Zusammenarbeit mit der Gesundheitsförderung Schweiz will diesem Gesellschaftsverhalten entgegenwirken. Es begleitet und zertifiziert Verpflegungsbetriebe in der Schweiz, darunter auch die Tagesschule Unterseen. Für Köchin Sandra Kräuliger und Tagesschulleiterin Esther Dauber ist das Label eine Genugtuung: «Es freut uns, unseren Beitrag für eine gesunde Jugend beizusteuern.» Zur feierlichen Qualitätslabel-Übergabe zauberte Kräuliger Kürbisravioli mit Herbstgeschnetzelttem, für Vegetarier mit Tofu, Rotkohl und Salat und zum Abschluss eine Waldbeerencreme.



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata



Die Unterseener Tagesschulköchin Sandra Kräuliger kocht frisch und gesund.



In Thun sind bereits alle Tagesschulen «Fourchette verte»-zertifiziert. Auf dem Bödeli ist die Tagesschule



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

Anzeiger Region Bern
1.4.2016, Auflage 84591

«Vielfalt» bei den Mahlzeiten

STADT BERN

Bei den Mahlzeiten in Kitas, Tagis und Tagesschulen setzt der Gemeinderat auf einen Mix aus verschiedenen Herstellungsformen. Das gewählte Modell «Vielfalt» sieht sogenannte «Quartierküchen», betriebseigene Produktionsküchen und externe Catering-Lösungen vor.

Gestützt auf die Evaluation des Pilotversuchs Catering hat sich der Gemeinderat im Grundsatz für das Modell Vielfalt entschieden. «Das Modell basiert auf den bestehenden Infrastrukturen und örtlich-räumlichen Gegebenheiten, berücksichtigt wirtschaftliche Erfordernisse und zeichnet sich durch hohe Flexibilität für situationsgerechte Lösungen aus», sagt Gemeinderätin Franziska Teuscher.

Küchen und Catering

Quartierküchen sind erweiterte Produktionsküchen. Sie werden an Orten gebaut, wo dies räumlich realisierbar ist und ein wirtschaftlicher Betrieb mit der Belieferung von familienergänzenden Institutionen in der näheren Umgebung möglich ist. Eigene Produktionsküchen werden in Tagesschulen, Tagis und Kitas gebaut, sofern die Mahlzeitenzahl eine wirtschaftliche Produktion garantiert und es die Platzverhältnisse zulassen. Ein externes Catering wird dort realisiert, wo keine Quartier- und Produktionsküchen zur Verfügung stehen.

Mit dem Modell «Vielfalt» werden die drei Muss-Kriterien der Mahlzeitenherstellung «Qualität», «Nachhaltigkeit» und «Akzeptanz» am besten erreicht: Der Gemeinderat will in den Betreuungseinrichtungen eine hohe Qualität des Essens sicherstellen, bei der Mahlzeitenherstellung der Nachhaltigkeit Rechnung tragen und bei den Betrieben, Kindern, Eltern und in der Öffentlichkeit eine breite Akzeptanz erreichen.

Arbeitsintegration

Insbesondere in den Quartierküchen lassen sich Arbeitsintegrations- und Ausbildungsplätze des Kompetenzzentrums Arbeit (KA) und des Kompetenzzentrums Integration (KI) schaffen. Für die Mahlzeitenherstellung

sollen in den städtischen Quartier- und Produktionsküchen saisonale und regionale Produkte verwendet werden, so dass ein Teil der Wertschöpfung in der Region generiert wird und lange Transportwege für Nahrungsmittel entfallen.

Die Qualität des Essens hat für den Gemeinderat hohe Priorität. Das Essen soll gut, gesund und ausgewogen sein. Und es soll den Kindern schmecken. Eine gesunde Ernährung umfasst auch eine kinderfreundliche Esskultur mit Ritualen und Tischregeln. Die Direktion für Bildung, Soziales und Sport erarbeitet deshalb mit den Tagesschulen, Kitas und Tagis Ernährungs- und Qualitätsrichtlinien. Diese sollen in allen familienergänzenden Einrichtungen gelten, unabhängig von der Art und Weise der Mahlzeitenherstellung.

Ausserdem hat der Gemeinderat beschlossen, dass alle städtischen familienergänzenden Einrichtungen die Zertifizierung von «Fourchette Verte» anstreben. Dies ist ein Qualitäts- und Gesundheits-Label für Betriebe, die ausgewogene Mahlzeiten anbieten.

Etappenweises Vorgehen

Das Modell «Vielfalt» mit Quartier- und allenfalls neuen Produktionsküchen wird etappenweise realisiert. In einer Übergangsphase wird teilweise weiterhin eine Catering-Lösung gewählt. Die heutige Lösung mit dem Cateringunternehmen «Menu&More» hat sich aus betrieblicher Sicht und in Bezug auf die Qualität des Essens bewährt. Der Vertrag mit «Menu&More» wird deshalb jährlich überprüft, allenfalls angepasst und jeweils um ein Jahr bis maximal Ende 2019 verlängert. ■