



Evaluation der «fit4future» Kinder-Ernährungsworkshops und Kochkurse

Hintergrund und Forschungsfrage

Übergewicht und Adipositas im Kindesalter stellen ein grosses Problem in der Gesellschaft dar. Häufig bleiben die Kinder bis ins Erwachsenenalter übergewichtig und werden dadurch früh mit gesundheitlichen Folgen konfrontiert. Diese schlagen sich auch in erhöhten Kosten im Gesundheitssystem nieder. Die «fit4future» Ernährungsworkshops und Kinderkochkurse sollen die Kinder im Bereich Ernährung sensibilisieren. Es soll ein möglicher Faktor für kindliches Übergewicht, eine ungünstige Ernährung, angegangen werden. Insbesondere sollen das Ernährungsverhalten und das Ernährungswissen verbessert werden.

Methodik

Zur Erhebung der Daten wurden die Teilnehmenden an den Workshops/Kochkursen zu drei Messzeitpunkten befragt (Pre-Test, Post-Test und Follow-Up). Als Befragungstool wurde ein Fragebogen gewählt. Auch die Eltern wurden 6 Wochen nach dem Workshop/Kochkurs befragt. Im Bereich der Ernährungsworkshops wurden insgesamt 362 Kinder und einmalig 292 Eltern befragt. Bei den Kinderkochkursen liegen Resultate von 653 Kindern und 453 Eltern vor. Die Fragen, welche an die Teilnehmenden des Kochkurses gestellt wurden, befassten sich mit dem Wissen über die verschiedenen Schweizer Fruchtsorten, die Mithilfe im Haushalt/Kochen und dem grundsätzlichen Interesse im Bereich Ernährung. Im Bereich der Ernährungsworkshops wurden Fragen zum Ernährungswissen, Ernährungsinteresse und dem Ernährungsverhalten gestellt.

Resultat

Bei den Ernährungsworkshops zeigte sich, dass sich das Ernährungswissen über alle Messzeitpunkte hinweg leicht gesteigert hat. Das Interesse am Thema Ernährung stieg zuerst leicht und ging dann wieder zurück. 12% der Eltern gaben an, dass ihr Kind sich mehr fürs Thema «Gesunde Ernährung» interessiert. Die Ergebnisse zu den Workshops zeigen weiter, dass sich das Ernährungsverhalten leicht verändert hat und die Kinder vermehrt bereit sind, neue Lebensmittel auszuprobieren. 6.6% der Eltern geben an, dass ihr Kind offener gegenüber neuen Lebensmitteln ist. Jedoch wies keines der Ergebnisse eine Signifikanz auf.

Die Teilnehmer des Kinderkochkurses zeigten ein signifikant gesteigertes Wissen zu den Schweizer Fruchtsorten. Der Fruchtekonsum hatte sich aber nicht verändert und die Kinder hatten signifikant weniger im Haushalt geholfen. Das Interesse im Bereich Ernährung ging über die Messzeitpunkte hinweg zurück. 10-18% der Eltern bestätigen, dass sich ihr Kind nach dem Kinderkochkurs vermehrt für das Thema Ernährung interessiert.

«fit4future»

«fit4future» Thema



Schlussfolgerung und Ausblick

Die Kinderkochkurse und die Ernährungsworkshops konnten in einzelnen Bereichen positive Ergebnisse auslösen. Da beide Events nur einmalig durchgeführt wurden, blieb der langfristige Erfolg aus. Es gilt also, dieses Angebot weiter zu intensivieren, um eine Nachhaltigkeit zu erreichen.

Jahr der Umfrage: Mai 2017 – Januar 2019

Im Auftrag von: Cleven-Stiftung

Durchgeführt durch: DSBG, Masterarbeiten Marina Glanzmann und Flavia Glanzmann

Region: ganze Schweiz
