

Nudging & Verpflegung

Schülerinnen und Schüler anstupsen

Prof. Dr. Ulrike Pfannes

Prof. Dr. Sibylle Adam

Serviceagentur 'Ganztägig lernen' Hessen in Kooperation mit der
Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen

4.11.2021 (Online)

WER WIR SIND:

Nudging-Team an der HAW Hamburg:
2016 gestartet

Leitung: Prof. Dr. Ulrike Pfannes
Prof. Dr. Sibylle Adam

Weitere Mitarbeiter/-innen

Praxispartner in der
Gemeinschaftsgastronomie

wiss. begleitete **Praxisprojekte:** Ist-
Analysen und Interventionen

- ❖ www.nudging-im-norden.de
- ❖ www.hoou.de/projects/nudging-in-der-ernahrung/preview



HAW Hamburg

- ❖ Zweitgrößte Hochschule in HH
- ❖ ca. 17.000 Studierende
- ❖ ca. 70 Studiengänge u.a. Ökotrophologie

© HAW/ÖT

GLIEDERUNG

- Einführung
- Nudging: Was steckt dahinter
- Beispiele und Vorschläge & Mit Partizipation „anstupsen“
- Vorgehensweise für die Einführung von Nudgingmaßnahmen
- Fazit und Zusammenfassung

EINFÜHRUNG

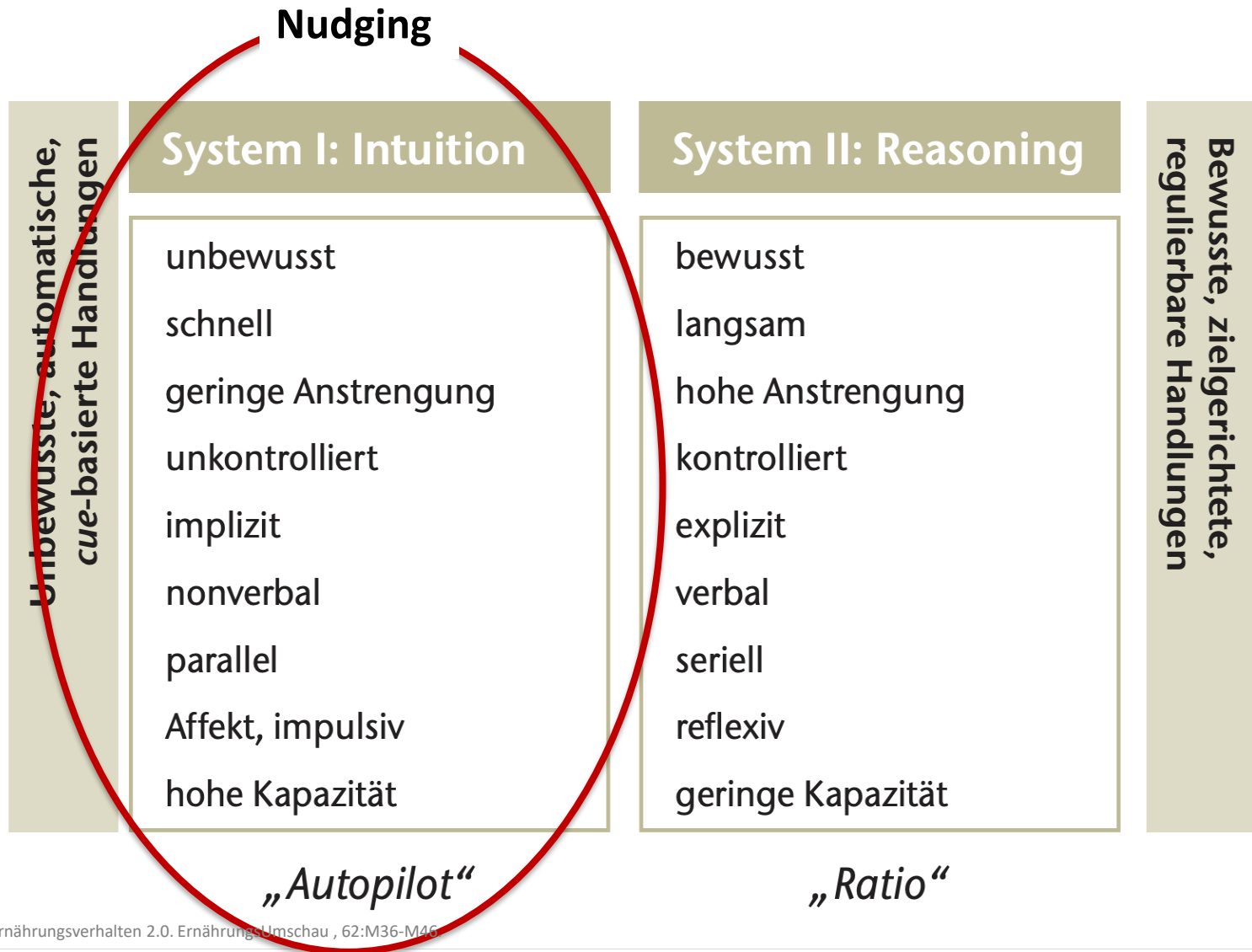
WUSSTEN SIE, DASS WIR...

pro Tag ca. **224-240**
ernährungsbezogene Entscheidungen treffen



...im Jahr über **81.000** ernährungsbezogene
Entscheidungen treffen?

VERHALTENSTEUERUNGSSYSTEME



ERNÄHRUNG VON KINDERN & JUGENDLICHEN

WHO (Weltgesundheitsorganisation):

Übergewicht ist das am schnellsten wachsende Gesundheitsrisiko in Industrienationen.

KIGGS-Studie, Welle 2 (Kinder- und Jugendgesundheitsurvey)

- Die Häufigkeit von Übergewicht (einschließlich Adipositas) beträgt bei Mädchen und Jungen im Alter von 3 bis 17 Jahren 15,4%.
- Es gibt keine Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen.
- Übergewichts- und Adipositas-Häufigkeit steigen mit zunehmendem Alter an.

Robert Koch-Institut: Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KIGGS Welle 2 und Trends, in: Journal of Health Monitoring · 2018 3(1)
DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-005.2



WO KINDER ESSEN (LERNEN)?

Elternhaus / Familie

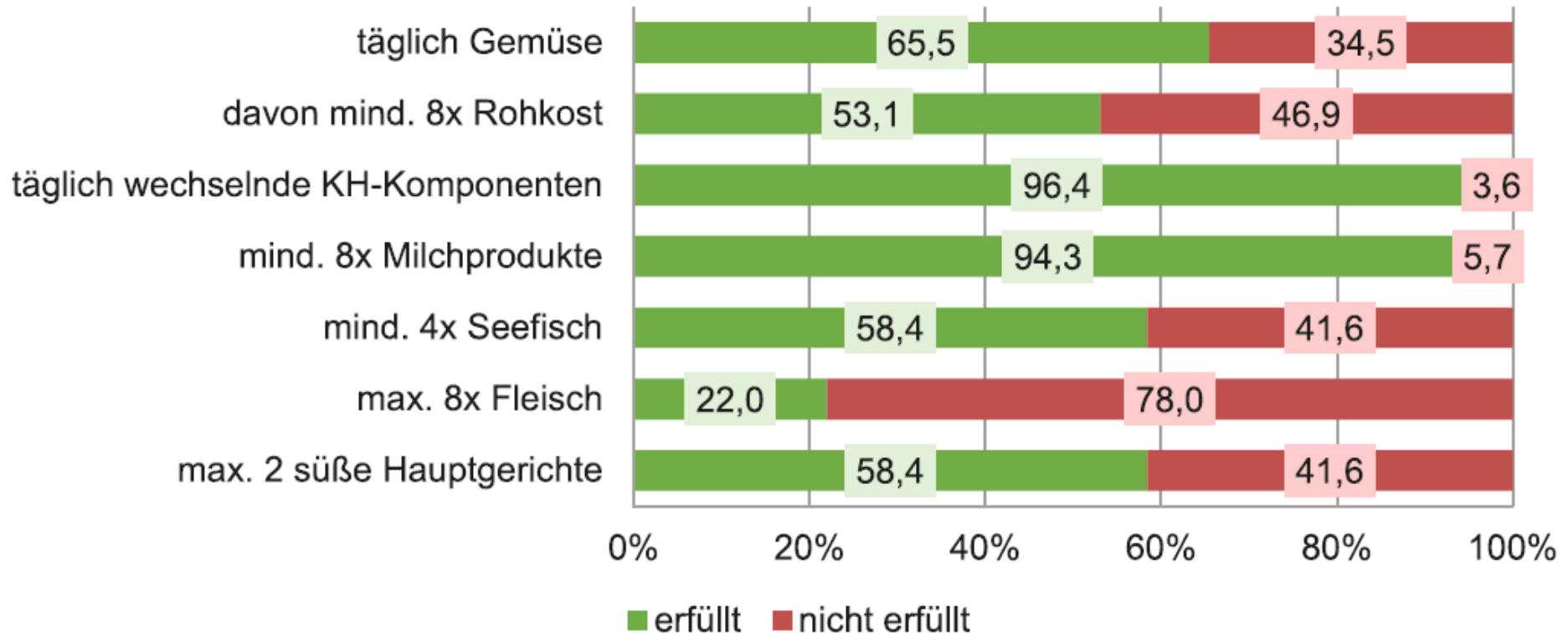
in der Schule



Verantwortung

für gesundheitsförderliches und nachhaltiges Essen und Trinken & Esskultur

ANALYSE VON SPEISENPLÄNE UND VERGLEICH MIT DEM DGE-QUALITÄTSSTANDARD



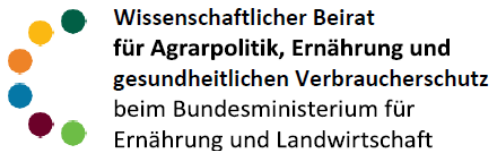
BMEL (Hg.): Qualität der Schulverpflegung, Bundesweite Erhebung, Hamburg 2015 ⁸

ZENTRALE EMPFEHLUNG DES WBAE-GUTACHTENS ZU NACHHALTIGER ERNÄHRUNG



„Kinder in den Fokus“:

- Beitragsfreie Kita- und Schulverpflegung schrittweise einführen
- DGE-Qualitätsstandards verpflichtend umsetzen
- Soziales Miteinander (Kommensalität) ermöglichen u.a. durch angemessene Räumlichkeiten, Ausstattung und Essenszeiten
- Regulierung kompetitiver Angebote (Kiosk, Automaten)
- Stärkung der handlungsorientierten Ernährungsbildung
- Partizipation der SuS fördern
- Bundesinvestitionsprogramm „Top Mensa“ auflegen



WBAE-Gutachten 2020 (https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf;jsessionid=A244C5E2EB4AD1EEC0FF450EF55430A6.live831?__blob=publicationFile&v=3)

DIE VIER ZENTRALEN ZIELE EINER NACHHALTIGEREN ERNÄHRUNG („BIG FOUR“)

Eine gesundheitsfördernde Ernährung, die zu einer höheren Lebenserwartung, mehr gesunden Lebensjahren und mehr Wohlbefinden für alle beiträgt.

Eine Ernährung, die mehr Tierwohl unterstützt und damit den sich wandelnden ethischen Ansprüchen der Gesellschaft gerecht wird.



Eine Ernährung, die soziale Mindeststandards entlang von Wertschöpfungsketten gewährleistet.

Eine umwelt- und klimaschützende Ernährung, die zu den mittel- und langfristigen Nachhaltigkeitszielen Deutschlands passt.

NUDGING: WAS STECKT DAHINTER?

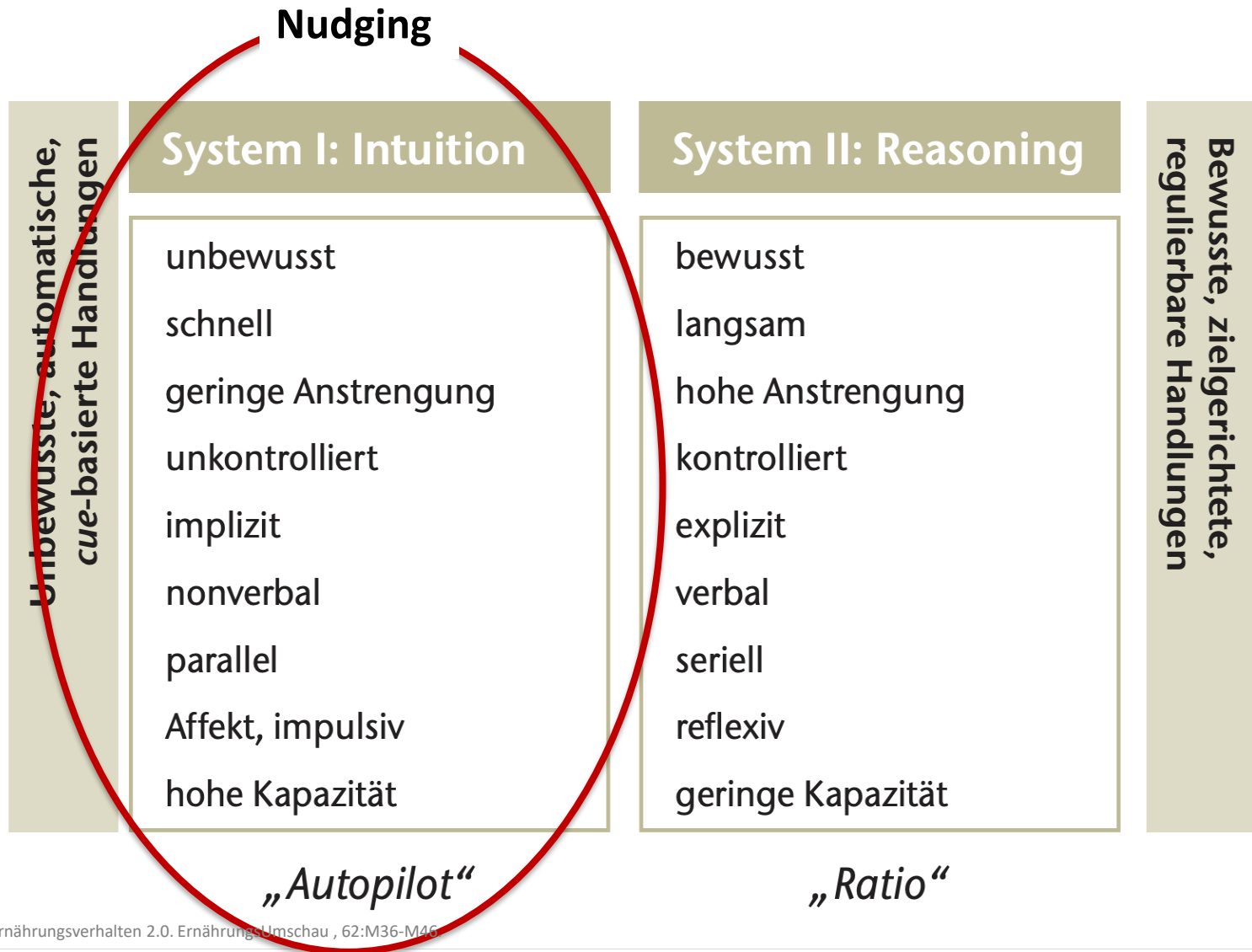
WAS IST „NUDGING“?

Nudging = „anstupsen“

Das Umfeld von Personen so gestalten, dass Entscheidungen in eine günstige Richtung leichter fallen.

→ Die sogenannte Entscheidungsarchitektur wird verändert

VERHALTENSTEUERUNGSSYSTEME



Entscheidungs- architektur gestalten:

„Make the healthy
choice the easier
choice“ (WHO 1986)



BEDINGUNGEN EINES „NUDGES“

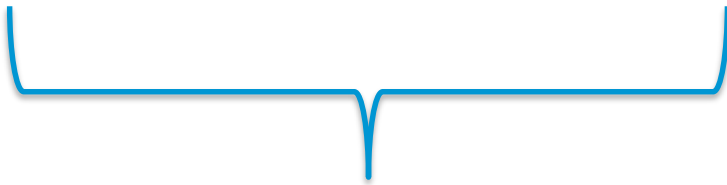
Grundsätze:

1. freie Wahl muss erhalten bleiben
2. der Nudge muss einfach zu umgehen sein
3. muss dem Einzel- und dem Gemeinwohl dienen

ALLTAGSPHÄNOMEN: GESTALTETE ENTSCHEIDUNGSARCHITEKTUR

Supermarkt Kasse

Mensa



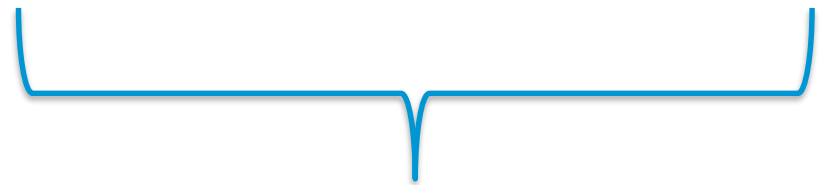
Verkaufsförderung

Anliegen:

Nutzen für den Betrieb: Profit

Kasse Kantine

Mensa



Nudging

Anliegen:

**Nutzen für das Individuum und
die Gesellschaft**

NUDGING IN DER SCHULVERPFLEGUNG

Gesundheitsförderliche & nachhaltige Speisen und Getränke werden so präsentiert, dass SuS *unbewusst* den Reiz verspüren, sich für diese zu entscheiden.

Diesen Reiz kann man als Nudge („Stups“) bezeichnen



Entscheidungsarchitektur gestalten

1. Angebot bereitstellen, z.B. Orientierung am DGE-Qualitätsstandard

Mittagessen: pflanzenbasierte Gerichte, Vollkorn, Gemüse, Salat, gesundheitsförderlicher Nachtisch (zuckerarm, Obst)

Zwischenverpflegung:

Vollkornprodukte,
Obst, vegetarisch

Getränke: Wasser

2. Verzehr von gesundheitsförderlichen & nachhaltigen Lebensmitteln, durch „anstupsen“ zu steigern.

ANKNÜPFUNGSPUNKTE FÜR NUDGING - MAßNAHMEN

Umgebungsbedingungen

- Ausleuchtung
- Dekoration

Verfügbarkeit

- Vielfalt
- zeitlich längeres Angebot

Zusatznutzen

- Bonus
- To-go-Variante

Erreichbarkeit

- Platzierung
- Räumliche Erreichbarkeit

Auslobung

- Attraktive Benennung
- Kennzeichnung

Hinweisreize

- Zusatzinformationen
- attraktive Bilder

Präsentation

- ansprechendes Geschirr
- attraktiv kombinieren

Verhaltenshilfen

- Ansprache
- Empfehlungen geben
- „Probiertellerchen“
- Partizipation der SuS

BEISPIELE FÜR DIE PRAXIS

STANDORTVERÄNDERUNGEN

→ Das Obst von einem unattraktiven Platz auf einer Vitrine in Augenhöhe und attraktiv platzieren

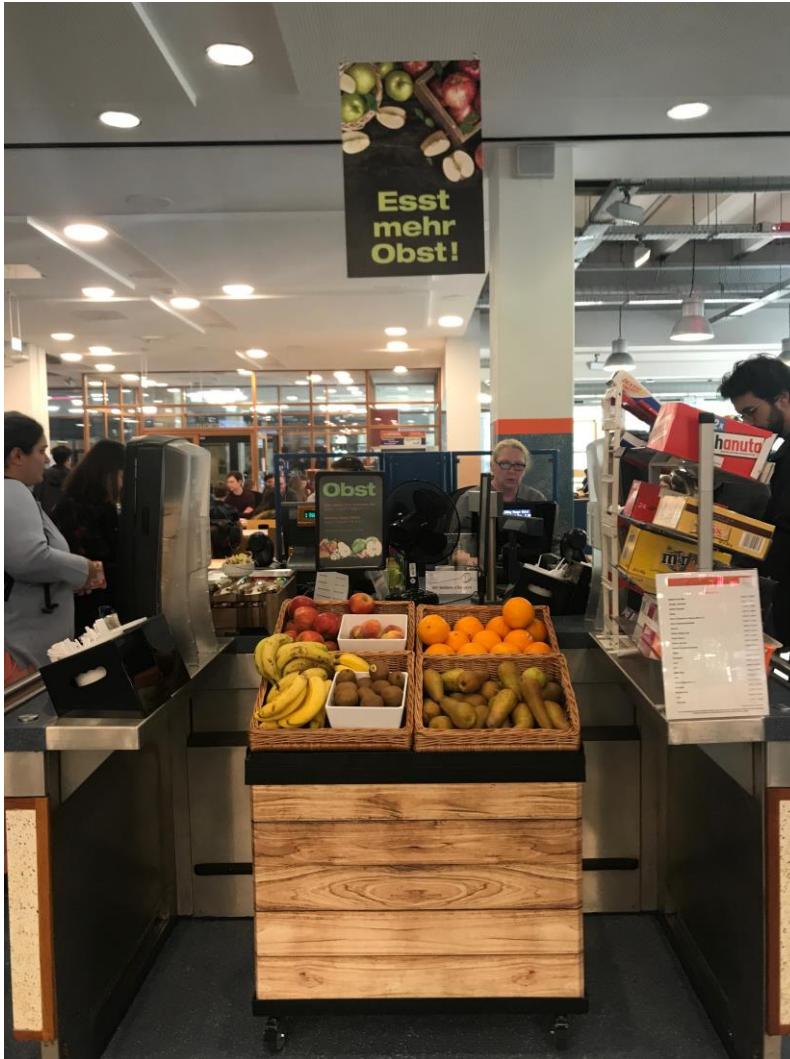


© HAW/ÖT



21

STANDORTVERÄNDERUNGEN UND HINWEISREIZE



© HAW/ÖT

22

ERREICHBARKEIT & PLATZIERUNG



Foto: www.kern.bayern.de

© HAW/ÖT



23

PLATZIERUNG AUF AUGENHÖHE

VORHER

NACHHER



KErn

24

PLATZIERUNG



© HAW/ÖT

vorher



© HAW/ÖT

Gesundheitsförderliche Getränke, Dessert sowie Zwischenverpflegung und To-Go-Produkte in Sichthöhe platziert

25

HIWEISREIZE UND VERHALTENSHILFEN



Foto: C.D.Rossi



© HAW/ÖT

Fußspuren zu gesundheitsförderlichen Getränken oder Gerichten

AUSLOBUNG














Foto: C.D.Rossi
















Foto: www.kern.bayern.de

ANKÜNDIGUNG SPEISEPLAN: VEGETARISCHES AN DIE ERSTE STELLE

 Speiseplan		Preise €
		Studierende / Bedienstete / Gäste
AUS DEM SUPPENTOPF UND SÜßES		
3 Stück Kartoffelpuffer (14,16), Apfelmus (3)	  	1,40 / 2,60 / 3,25
VEGETARISCH		
gebratene Zucchini, gebratene Champignons (25), Buttererbsen (20), Fenchelgemüse (22), Indisches		je 100g 0,60 / 0,80 / 1,00
VEGETARISCH		
Pasta mit Champignons in Kräuterrahm (14,20,21)	 	je 100g 0,60 / 0,80 / 1,00
VEGETARISCH		
Ägyptische Falafel mit Hummusfüllung (14,19,22,24), Pfefferminz Joghurt Dip (20), Gemüse Couscous (14,20,22), Rotkohlsalat (3)		3,15 / 4,45 / 5,60
VEGETARISCH		
Soja Bratwurst (19), Grillsoße (2,9,22,23), Knackiger Salat mit Mungbohnen, gerösteten Walnüssen und Limettendressing (5,21,23,25)		2,85 / 4,15 / 5,20
BELIEBT UND GERNE GEGESSEN		
Hähnchenstreifen al arrabiata, Vollkorn Penne (14)	  	2,65 / 3,95 / 4,95
BELIEBT UND GERNE GEGESSEN		
Geflügelbratwurst (8,20,22), Grillsoße (2,9,22,23), Knackiger Salat mit Mungbohnen, gerösteten Walnüssen und Limettendressing (5,21,23,25)		2,85 / 4,15 / 5,20
BELIEBT UND GERNE GEGESSEN		
Currybratwurst (3,4,8,19,20,23), Grillsoße (2,9,22,23), Knackiger Salat mit Mungbohnen, gerösteten Walnüssen und Limettendressing (5,21,23,25)		2,85 / 4,15 / 5,20

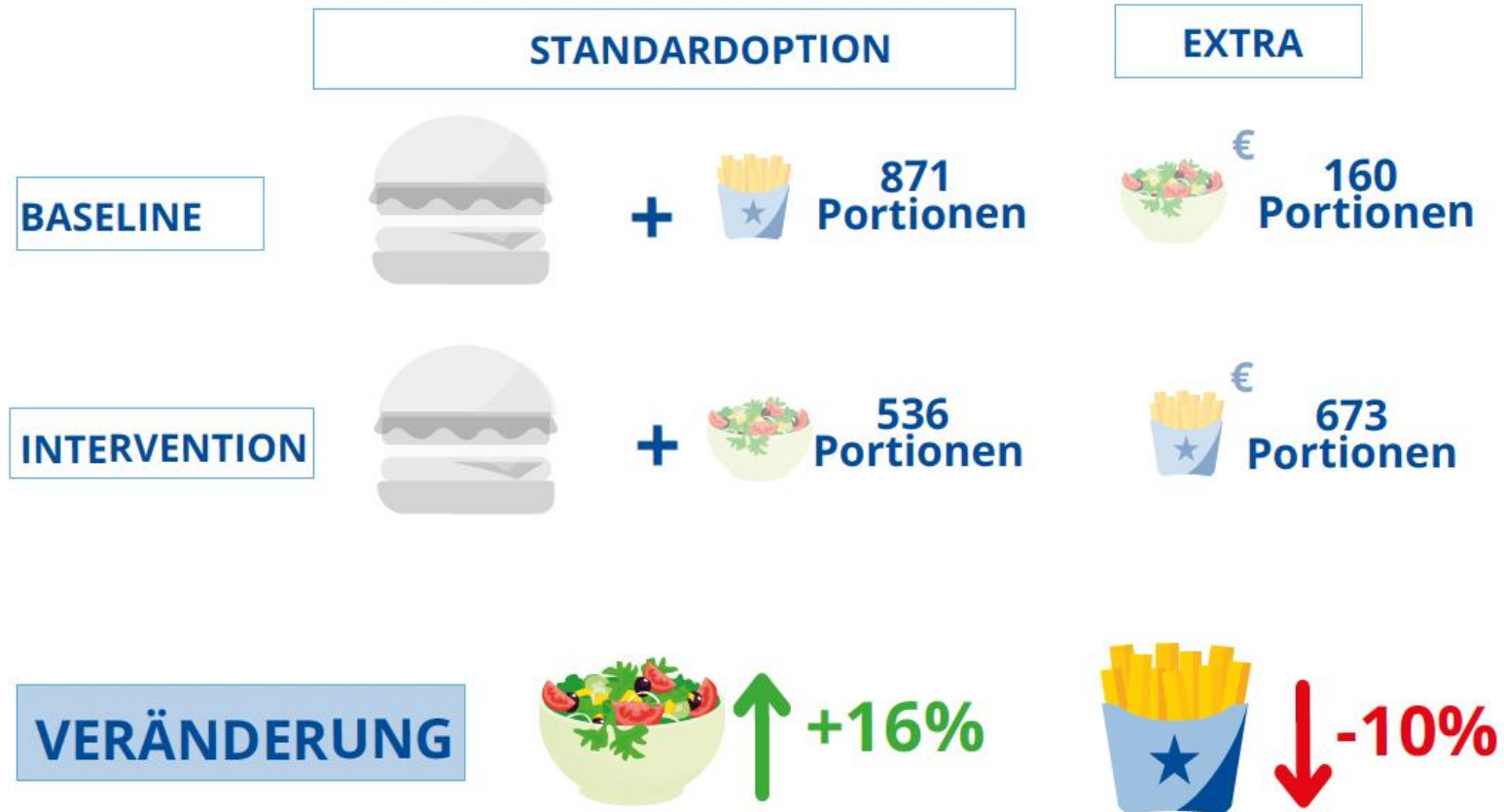
Legende der kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe/Allergene:
 1 Farbstoffe, 2 Konservierungsstoffe, 3 Aromastoffe, 4 Geschmacksverstärker, 5 Geschwefelt, 6 Geschwärzt, 7 Gewürzt, 8 Phosphat, 9 Süßungsmittel, 10 Phosphorsäure, 14 Glutenhaltiges Getreide und daraus erstellte Erzeugnisse, 15 Krebstiere/Krebstiererzeugnisse, 16 Ei-erzeugnisse, 17 Fisch-erzeugnisse, 18 Erdnüsse/Erdnüsseerzeugnisse, 19 Soja-erzeugnisse, 20 Milch-erzeugnisse (einschl. Laktose), 21 Schalenfrüchte-erzeugnisse, 22 Selen-erzeugnisse, 23 Senf-erzeugnisse, 24 Sesam-erzeugnisse, 25 Schwefeldioxid/Sulfit, 26 Lupinen-erzeugnisse, 27 Weichtiere/Weichtiereerzeugnisse

 mit Alkohol  mit Schwein  mit Rindfleisch  mit Fisch  mit Geflügel  mit Lamm  mit Wild  vegetarisch  laktosefrei  Klimafreier  Vegan  Neues Gericht  Neu

Änderungen des Speiseplans vorbehalten. Wir sind als gemeinnütziges Unternehmen verpflichtet, die Nutzungsberechtigung der Studierenden regelmäßig zu überprüfen und bitten Sie daher, den Studierendenstatus immer mitzuführen. Wir kennzeichnen die Allergene entsprechend der EU-Lebensmittelinformationsverordnung Nr. 1169/2011. Kreuzkontaminationen bei den einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen einzelner Produkte mit Allergenen können nicht ausgeschlossen werden und werden nicht gekennzeichnet. Die verschiedenen Preise sind jeweils gültig für Studierende / Bedienstete / Gäste.

© HAW/ÖT

VERÄNDERUNGEN DER STANDARD-OPTIONEN

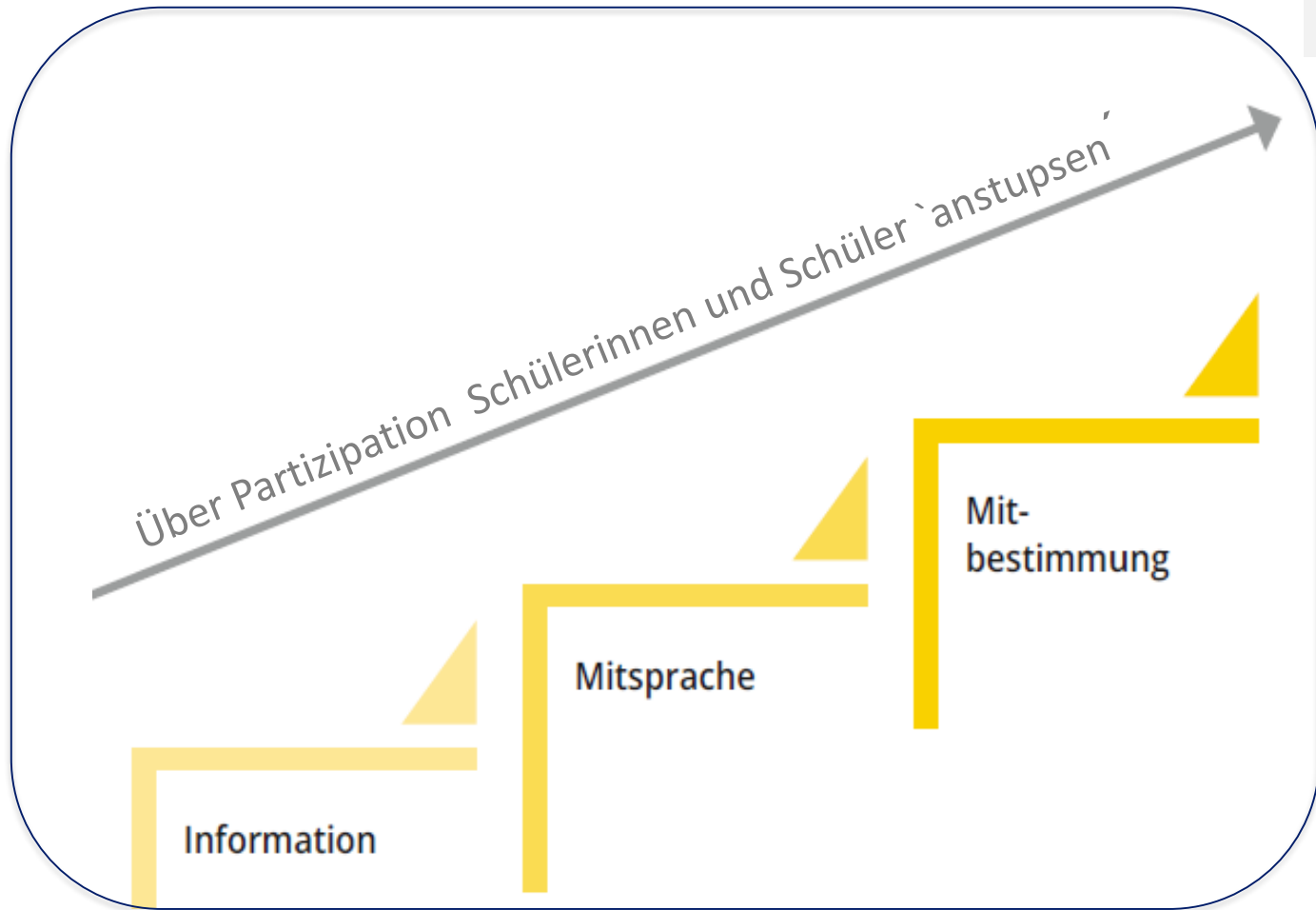


Änderung in %, bezogen auf die jeweilige Zahl der Gäste in Baseline bzw. Interventionswoche (Baseline: 2240; Intervention: 2321)

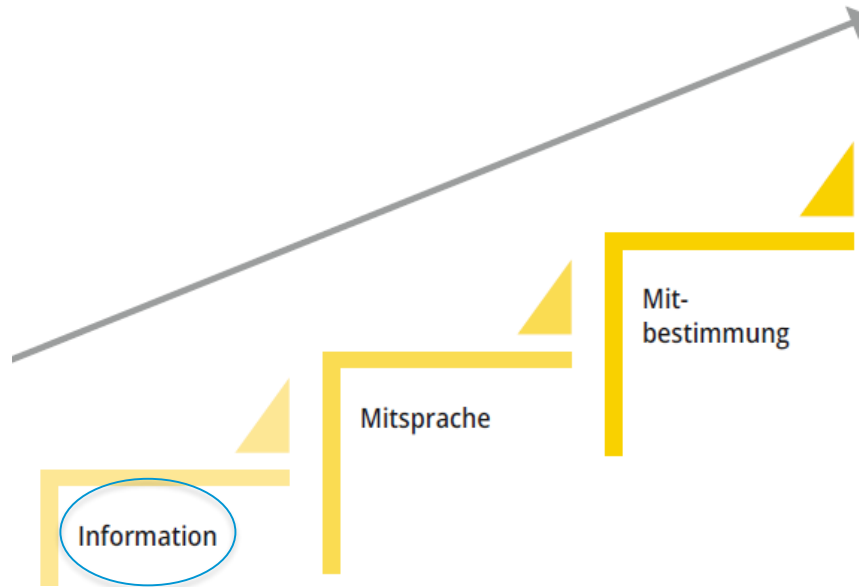
Pfannes et al., 2019. Nudging in der Hochschulgastronomie: Wechsel der Standardoption bei Tellergerichten – Ergebnisse einer Intervention. Wissenschaftlicher Kongress 2019, Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Gießen.

MIT PARTIZIPATION „ANSTUPSEN“

STUFEN DER PARTIZIPATION IN DER SCHULE



ÜBER PARTIZIPATION SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER `ANSTUPSEN`

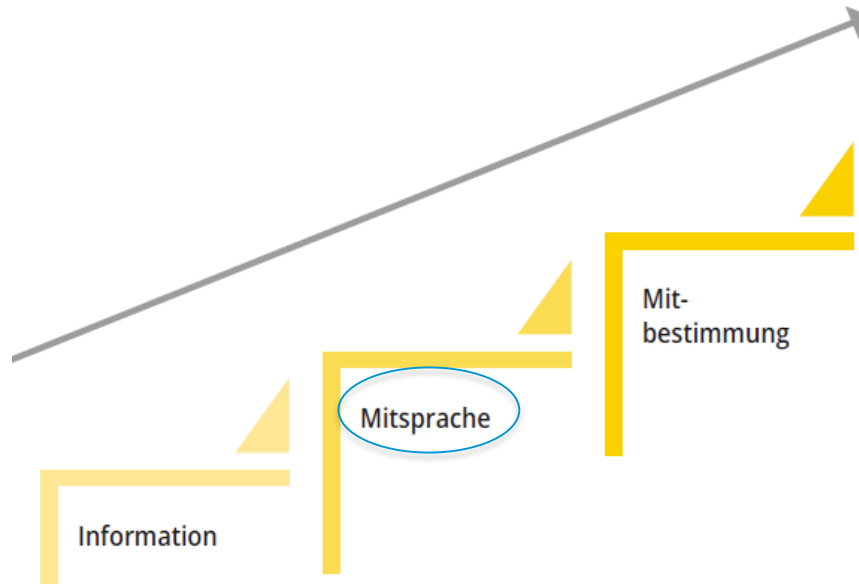


Stufe Information:

Die Schüler erhalten auf dieser Stufe einen systematischen Überblick zur Schulverpflegung, haben jedoch noch kaum/keine Handlungsspielräume.

Beispiele: Die SuS erhalten zielgerichtet Informationen über die Mensa, kennen die Hintergründe für das Angebot, die Abläufe, die Organisation, können an Informationsbesuchen in der Mensa teilnehmen, es wird erläutert, warum das Angebot in einer bestimmten Art gestaltet ist (z.B. gesundheitsförderlich, nachhaltig), die SuS werden z.B. in der Mensa-AG über aktuelle Planungen informiert.

ÜBER PARTIZIPATION SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER `ANSTUPSEN`

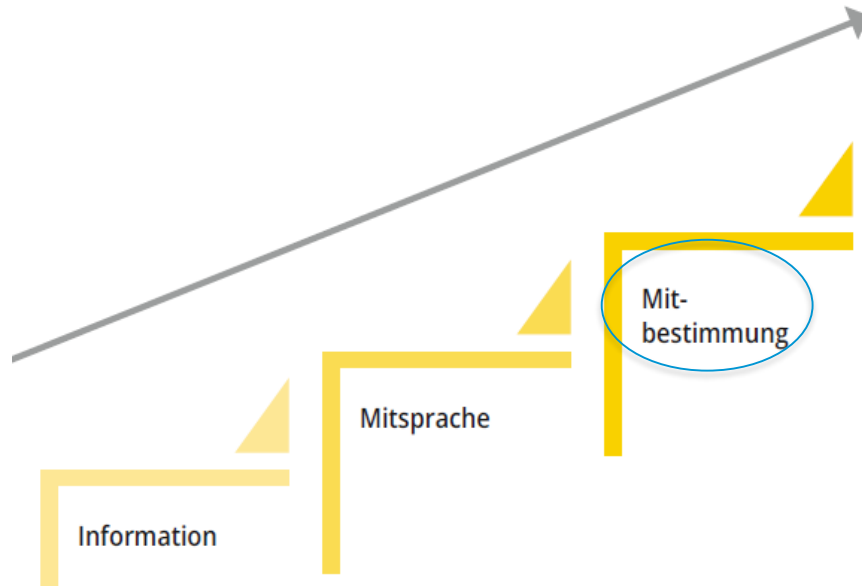


Stufe Mitsprache:

Es werden zwar bestimmte Sachverhalte und deren Inhalte zur SV vorgegeben, jedoch können SuS allein entscheiden, zu welchem Zeitpunkt sie sich um Themen der SV kümmern bzw. diese bearbeiten wollen.

Beispiele: SuS können im bestehenden Mensa-Ausschuss Vorschläge einbringen, (z.B. Angebot, Gestaltung des Gastraumes). Sie können abgestimmte Vorschläge (z.B. Gestaltung des Gastraums, Küchenparty) mit umsetzen. SuS erhalten gezielt Gelegenheit Lob und Kritik einzubringen und erhalten Rückmeldungen dazu. Sie haben z.B. über den Mensa-Ausschuss Mitsprache bei der Auswahl des Verpflegungsanbieters.

ÜBER PARTIZIPATION SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER ´ANSTUPSEN´

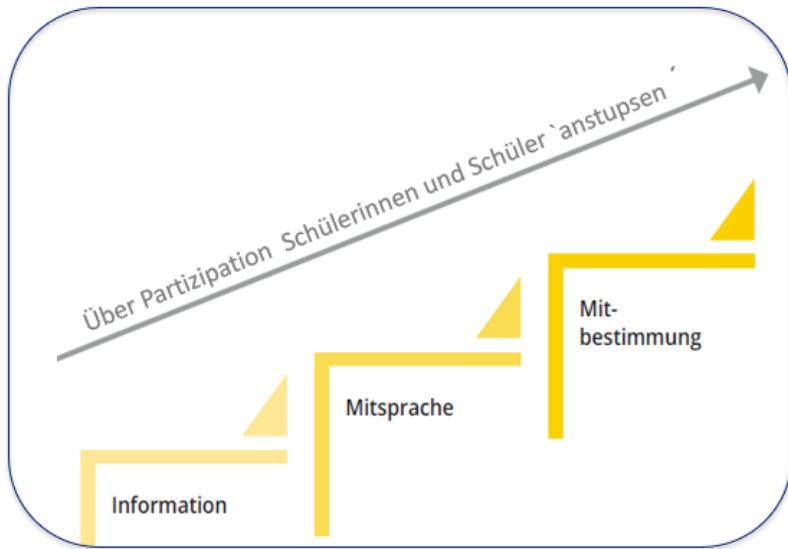


Stufe Mitbestimmung:

Es wird ein Ziel vorgegeben und die SuS sind frei in ihrer Arbeitsorganisation. Die Projektleitung (z.B. Lehrkraft) hat jedoch jederzeit die Möglichkeit einzugreifen, um Änderungen vorzugeben.

Beispiele: SuS können als Projekt z.B. den Speiseplan ´gesundheitsförderlich & nachhaltig´ (mit-)gestalten, sie können ihr eigenes Angebot entwickeln und umsetzen, sie können z.B. eine Schülerfirma (Mensa, Kiosk, Schülertheke) betreiben bzw. können in einer Koch-AG, Schulgarten aktiv sein. Die SuS können z.B. über den Mensa-Ausschuss beim Leistungsverzeichnis für die Ausschreibung der Verpflegung mitbestimmen und ebenso bei der Auswahl des Verpflegungsanbieters.

PARTIZIPATION IN DER SCHULE



**+ Verknüpfung von
Ernährungsbildung & Versorgung**

Praxisbeispiel

Einblick in die Praxis: Johannes-Kepler-Schule, Neuhof

- Daten und Fakten
- Verpflegungskonzept
- Bausteine aus dem Bereich Ernährung
 - Steckbrief: Diplom-Ökotrophologin Kathrin Stockmayer
 - Profil Ernährung
 - Regionalpartner
 - Schullabel und Schülertheke



VORGEHENSWEISE FÜR DIE EINFÜHRUNG VON NUDGINGMAßNAHMEN

BETEILIGUNG VIELER

Verpflegungs-
verantwortliche

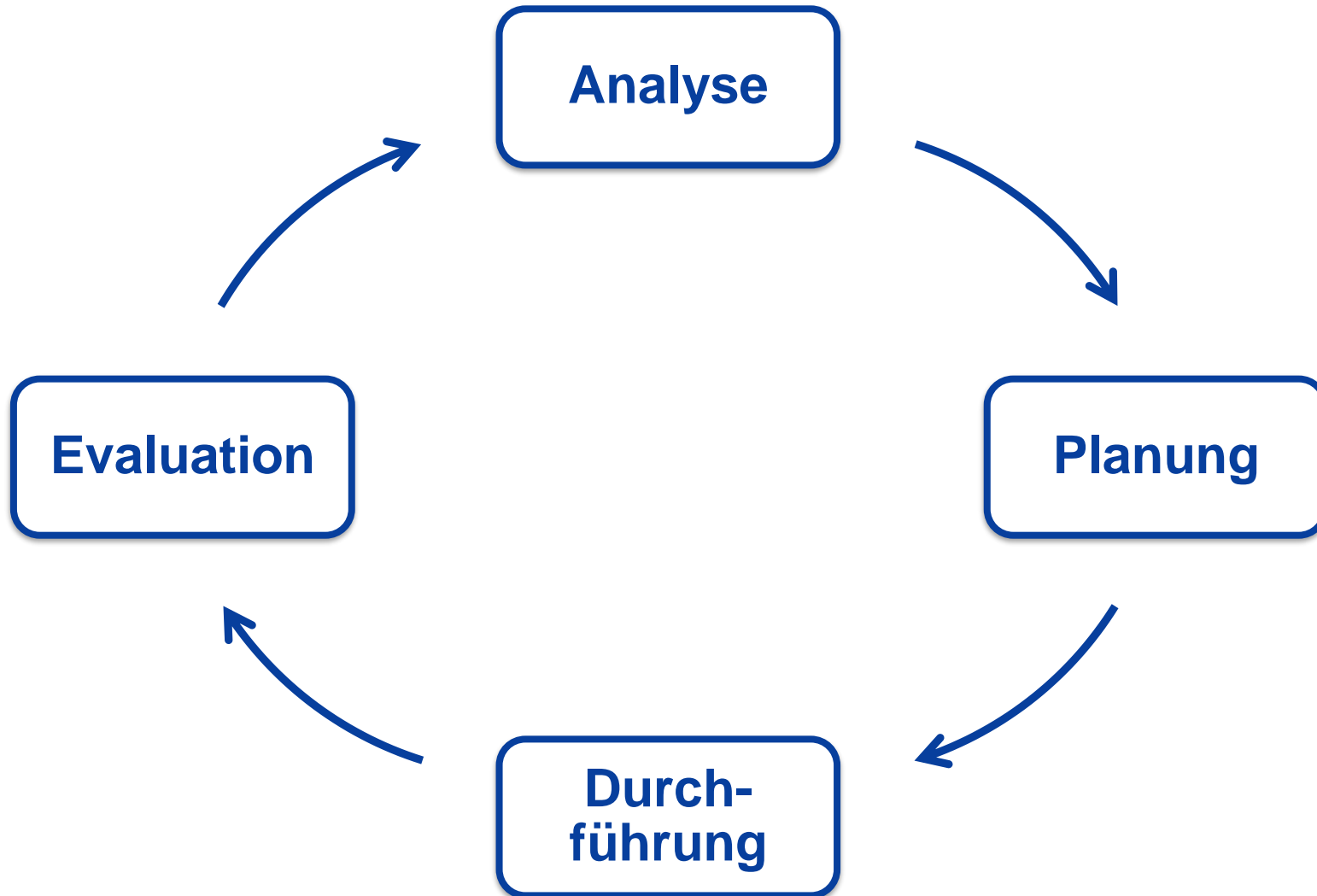
Schülerinnen und Schüler
und deren Vertretung

Weitere Akteure: z.B.
Schulleitung,
Pädagogisches Personal

ggf. fachliche
Unterstützung holen
& Netzwerke nutzen

Entscheidung treffen, dass
Essen und Trinken auch Teil
der nachhaltigen und
gesundheitsförderlichen
Schule sein soll.

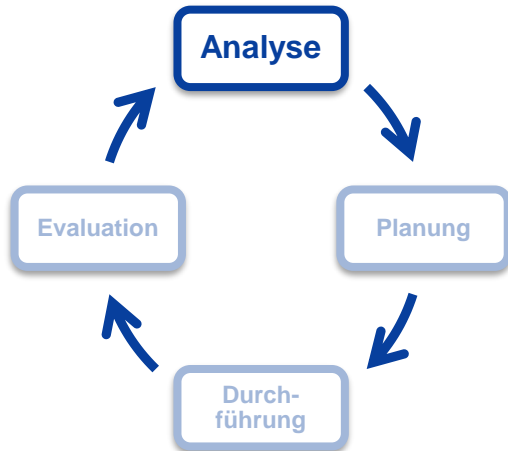
SYSTEMATISCHE UMSETZUNG IN DER SCHULVERPFLEGE



UMSETZUNG IM UNTERNEHMEN: ANALYSE

Ausgangssituation u.a.:

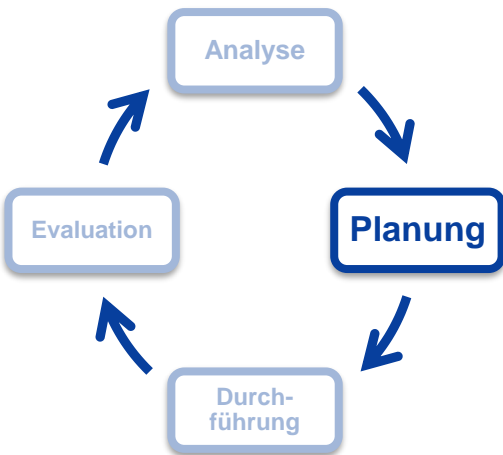
- Angebot: Speiseplananalyse, Umfang des gesundheitsförderlichen Angebotes
- Ankündigungen (z.B. Monitore)
- Platzierungen und Laufwege der Gäste
- Verkaufszahlen für gesundheitsförderliches Angebot separat erfasst?
- Welche Daten lassen sich aus dem Kassensystem generieren?
- Bedeutung der Gesundheitsförderung für die Küchenleitung, die Mitarbeitenden und die Schule,
- standortspezifische Charakteristika erheben



ENTSCHEIDUNG UND PLANUNG

Planung u.a.:

- **Welche Nudging-Maßnahmen sind möglich?**
 - ☞ z.B. Veränderung der Platzierung, Labelling, etc
- **Welcher Aufwand ist möglich bzw. notwendig?**
 - ☞ z.B. Schulung von Mitarbeitern, Umbauten, etc.
- **Was ist realistisch?**
 - ☞ z.B. Zeit für Schulungen, Finanzielle Mittel etc.
- **Ziele setzen: Was sollen wir erreichen?**
- **Wer hat Interesse und unterstützt?**
 - ☞ z.B. Schulleitung, Eltern,

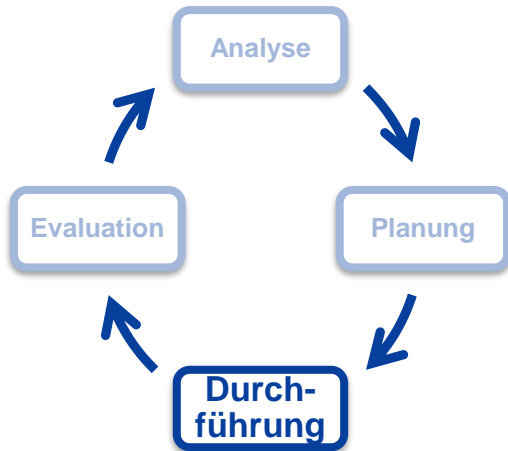


Empfehlung: in kleinen Schritten starten!

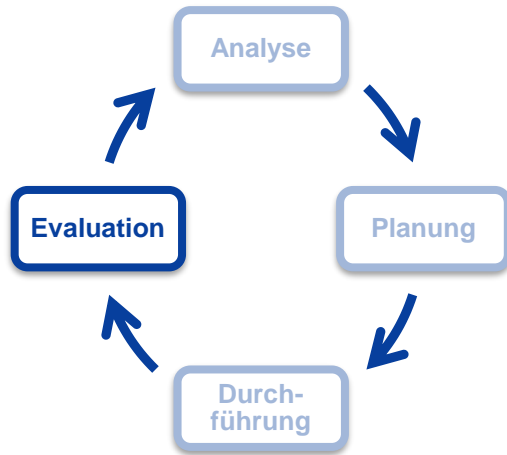
DURCHFÜHRUNG DER GEPLANTEN MAßNAHMEN

Durchführung u.a.:

- Probephase ist empfehlenswert
- Probelauf: Datenerhebung in einer Basiswoche und einer Veränderungswoche bei gleichem Angebot: Vergleich ermöglichen (Erfolgsmessung)
- ggf. Bestell- bzw. Kassensystem anpassen zur Datenerfassung
- Beschäftigte informieren und schulen
- Umsetzung kontinuierliche begleiten: u.a. ob die geplanten Maßnahmen konsequent umgesetzt werden.



Gemeinsame kritische Betrachtung u.a.:



- Was lief gut, wo gab es Probleme?
- Wie wurde die Veränderung bewältigt?
- Datenanalyse und -bewertung
- Verbesserungsvorschläge?
- Wie soll es weitergehen: Verstetigung von Maßnahmen, weitere Maßnahmen umsetzen
- Weitere fachliche Unterstützung suchen?

ZUSAMMENFASSUNG

Nudging kann ein Instrument für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung sein!

Im Zentrum steht die Gestaltung der Entscheidungsarchitektur:
zum Wohle des Individuums und der Gesellschaft

Nudging-Maßnahmen können (häufig) relativ einfach und kostengünstig umgesetzt werden.

ABER: Nicht alles was heutzutage mit Nudging bezeichnet wird,
ist auch Nudging!

Einfach mal machen und „anstupsen“!

SCHULVERPFLEGUNG: VERSORGUNG MIT GESUNDHEITSFÖRDERUNG & NACHHALTIGKEIT



Schulverpflegung

+
Ernährungsbildung
&
Partizipation

Gesundheitsförderliches und nachhaltiges Angebot (u.a. Speisenplanung und -herstellung)

Nudging (anstupsen)
z.B. Warenpräsentation (Licht, Geschirr), Platzierung an der Ausgabe, Hinweisreize

WEITERE UMSETZUNGSHILFEN

Ernährung im Fokus

326

PRÄVENTION & THERAPIE

Nudging in Ernährungsberatung und Gemeinschaftsgastronomie

Zwischen Verhaltens- und Verhältnisprävention

DR. SIBYLLE ADAM • DR. ULRIKE PFANNES • CAROLINA DIANA ROSSI

Start / Entdecken / Lernangebot

Nudging in der Ernährung

HOOU

Überblick

Inhalt

Das erwartet dich

Im Lernangebot "Nudging in der Ernährung" werden die Grundlagen für die Anwendung von Nudging im Bereich der Ernährung und Gesundheit zusammengefasst.

www.hoou.de/projects/nudging-in-der-ernaehrung/preview



www.KErn.Bayern.de

45



Schwerpunkt

Nachhaltige Kita- und Schulverpflegung

Die Kita- und Schulverpflegung übernimmt nicht nur eine wichtige Versorgungsfunktion für Kinder und ihre Familien, sondern fördert neben der Gesundheit auch eine nachhaltige Ernährung.

<https://www.bzfe.de/ernaehrung-im-fokus/>

46

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT !

Kontakt:

HAW Hamburg

Fakultät Life Sciences, Department Ökotrophologie

Prof. Dr. Ulrike Pfannes – ulrike.pfannes@haw-hamburg.de

Prof. Dr. Sibylle Adem – sibylle.adam@haw-hamburg.de

- www.nudging-im-norden.de
- www.hoou.de/projects/nudging-in-der-ernahrung/preview