

Coaching-Projekt Schulverpflegung

Siebold-Gymnasium und
Riemenschneider-Gymnasium
Würzburg

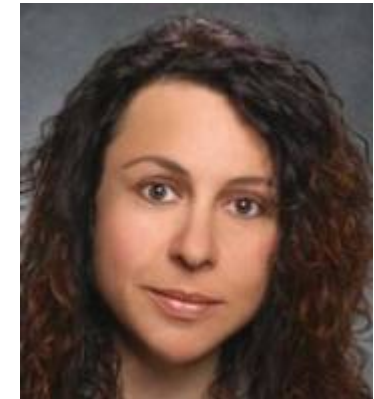




Coaching-Projekt Schulverpflegung



Ihr Schulverpflegungs-Coach



Ernährungsberatung

Iris Burger

Staatl. gepr. Diätassistentin/DKL

Fachberaterin für Essstörungen/FZE

Ernährungsfachberater Allergologie/DAAB

Sonnenleite 14

97737 Gemünden

Tel. 09351/4863

www.ernaehrungsberatung-burger.de



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Zentrale Vernetzungsstelle

am Kompetenzzentrum Ernährung – Standort Kulmbach

Regionale Vernetzungsstellen

an acht Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Oberbayern West
Fürstenfeldbruck

Oberbayern Ost
Ebersberg

Niederbayern
Landshut

Oberpfalz
Regensburg

Oberfranken
Bayreuth

Mittelfranken
Fürth

Unterfranken
Würzburg

Schwaben
Augsburg



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Unterfranken

Leitung: Marion Begerau (M.Sc. Ernährungswissenschaften)

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Würzburg
Fachzentrum Ernährung/Gemeinschaftsverpflegung

Von-Luxburg-Straße 4
97074 Würzburg

Tel.: 0931 7904-741
schulverpflegung@aelf-wu.bayern.de



Coaching-Projekt

der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern:

unterstützt bayerische Schulen bei der Implementierung einer

- gesundheitsförderlichen und schmackhaften,
- akzeptierten und bei der ganzen Schulfamilie beliebten,
- bezahlbaren und wirtschaftlichen
- Mittags- und Pausenverpflegung

gemäß des DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung.

...wird bereits zum 7. Mal durchgeführt.



Wenn der Hunger kommt:



**Fett macht müde !
Fetteiche Speisen
liegen sehr lange im
Magen und belasten
den Kreislauf**



Schnelle Kohlenhydrate?

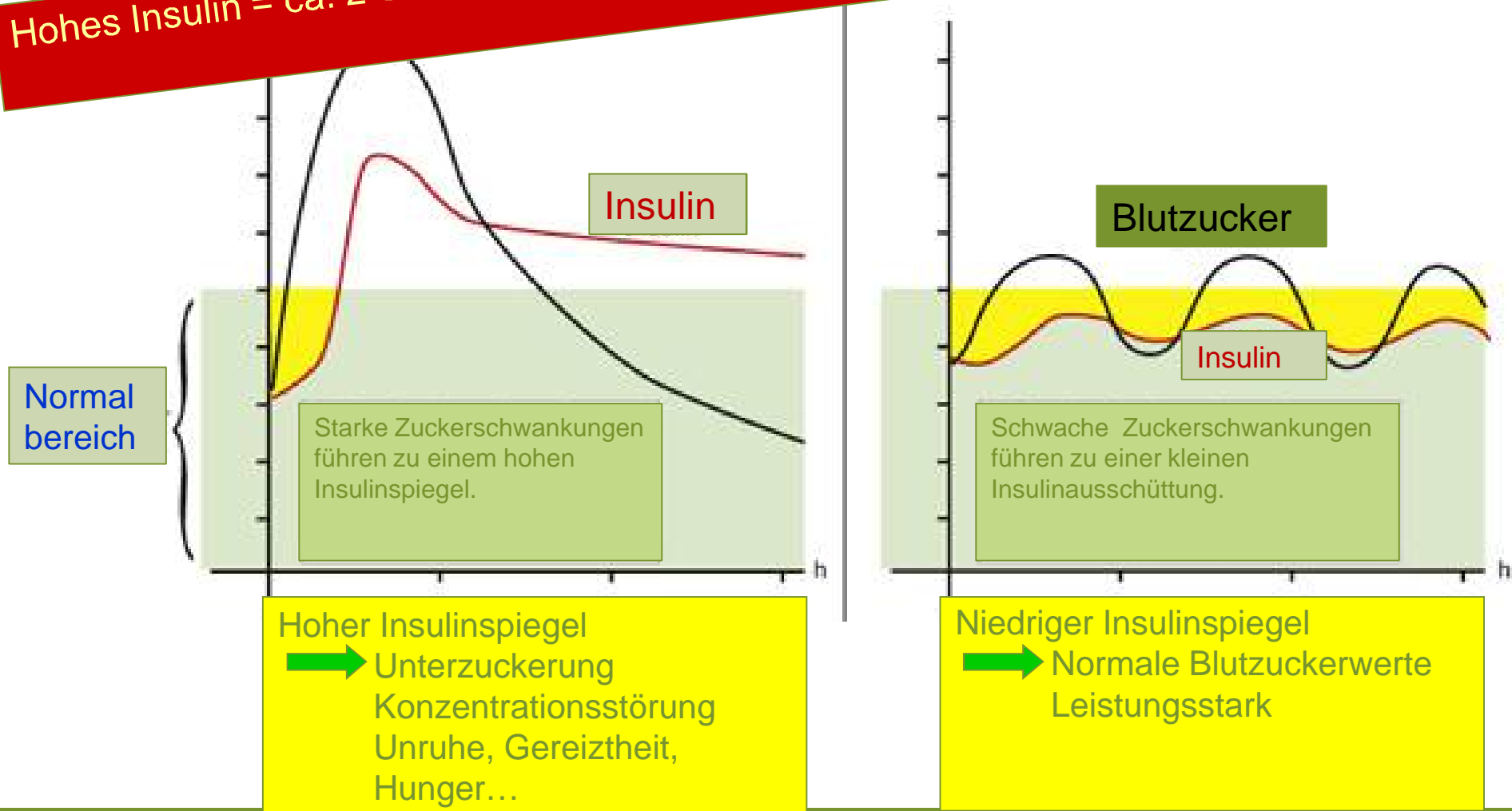


Schnelle Kohlenhydrate →
schneller Blutzuckeranstieg
hohen Insulinausschüttung →
→ schneller Blutzuckerabfall.



Kohlenhydrate / Insulinausschüttung

Hohes Insulin = ca. 2 Stunden lang keine Fettverbrennung



Warum nehmen das **Siebold** und das **Riemenschneider** **Gymnasium** am **Coaching-Projekt** teil?

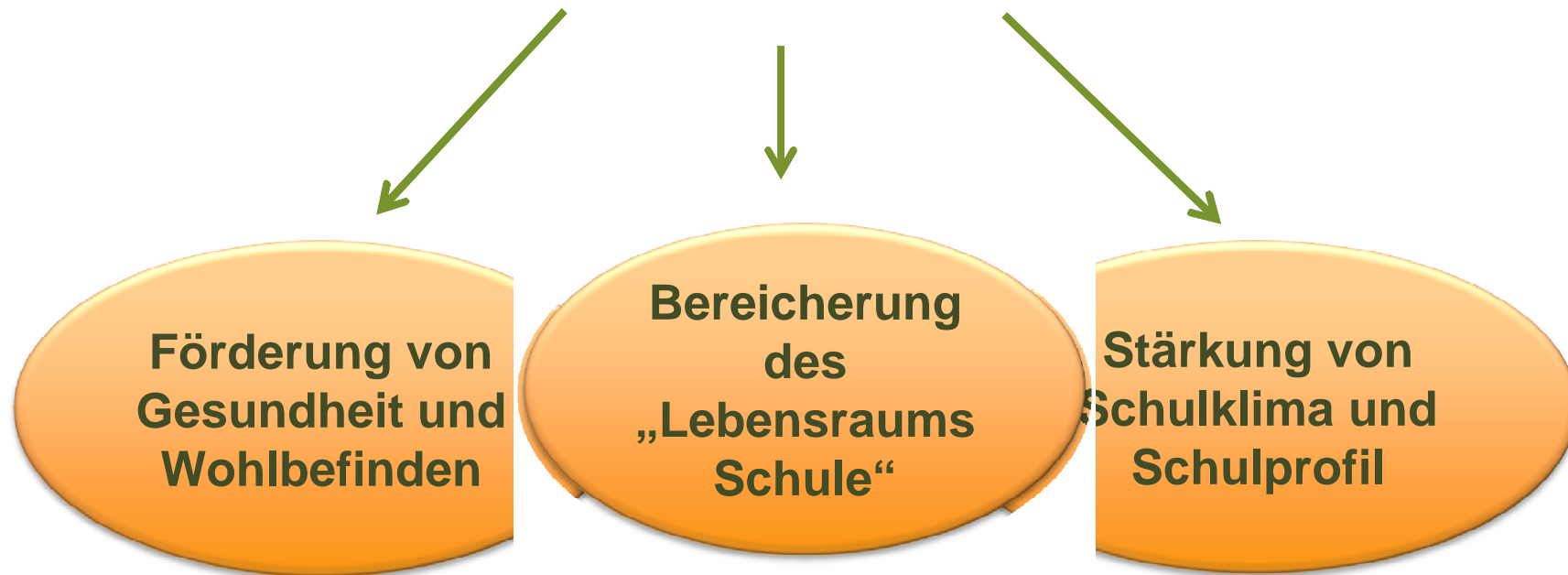
Wir möchten:

- Steigerung der Akzeptanz bei Eltern, Schülern und Lehrkräften
- Steigerung der Essensteilnehmer
- Die Mensa soll attraktiver werden
- Optimierung des Speiseplans nach DGE – Richtlinien



Ziele des Coaching-Projekts in der Schulverpflegung

Individuelles Coaching für individuelle Lösungen!



Ansprechpartner von Schulseite:

- Verpflegungsbeauftragte Frau Gold und Herr Gündel

Essensgremium:

- Frau Gold und Herr Gündel
- Schulleitung Siebold – Gymnasium Frau Nickel-Göb
- Ausgabepersonal
- Vertreter des Caterer InCa GmbH Mainfranken
- Schüler
- Vertreter des Sachaufwandsträgers
- Elternvertretung: Frau Schmidt + _____
- Leitung OGS Riemenschneider-Gymnasium
Herr Stratenwerth
- Schulcoach Frau Burger



Was bedeutet das Coaching-Projekt für Sie konkret?

- Alle Mitglieder der Schulfamilie können einen Beitrag zur Optimierung der Mittags- oder Pausenverpflegung leisten!
- Je mehr Beteiligte konstruktive Kritik, Wünsche und Ideen einbringen, desto effektiver wird das Coaching!

➔ **Nutzen Sie diese Chance, bringen Sie sich ein und motivieren sie auch andere zum „Mitdenken“!**



Zeitplan und Vorgehensweise

Ende September / Anfang Oktober:

- Vorstellung an der Schule



Oktober / Mitte November:

- Gespräche mit den Verantwortlichen für die Mittagsverpflegung sowie mit Schülervertretern
- Teilnahme am Mittagessen
- Information und Austausch mit den Eltern im Rahmen einer Elternbeiratssitzung

22.10.2015



Zeitplan und Vorgehensweise II

Bis Mitte November:

- Dokumentation der Wünsche und Herausforderungen und Durchführung eines Speiseplan-Checks bzw. Pausenverpflegungs-Checks



Dezember /Januar:

- Ausarbeiten möglicher Lösungsansätze/Maßnahmen
- Erstellung eines Zeitrasters für deren Umsetzung
- Vorstellung der angedachten Maßnahmen vor dem Essensgremium



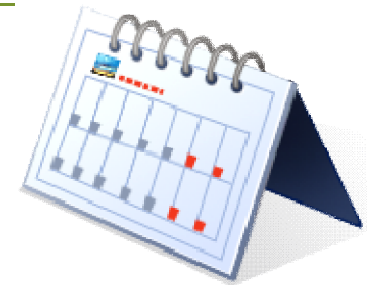
Zeitplan und Vorgehensweise III

Bis Juli:

- Begleitung der Schule bei der Umsetzung der geplanten Maßnahmen
- Einarbeiten möglicher Korrekturen
- Austausch, Abstimmung untereinander



Zeitplan und Vorgehensweise IV



Bis Ende des Schuljahres:

- Erstellung eines Abschlussberichts inkl. Speiseplan Pausenverpflegungs-Check für die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern
- Abschlussgespräch mit dem Essensgremium
- Abschlussveranstaltung mit Urkundenverleihung mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung

Begleitende Dokumentation des Coaching-Prozesses im Internet unter www.schulverpflegung.bayern.de/unterfranken



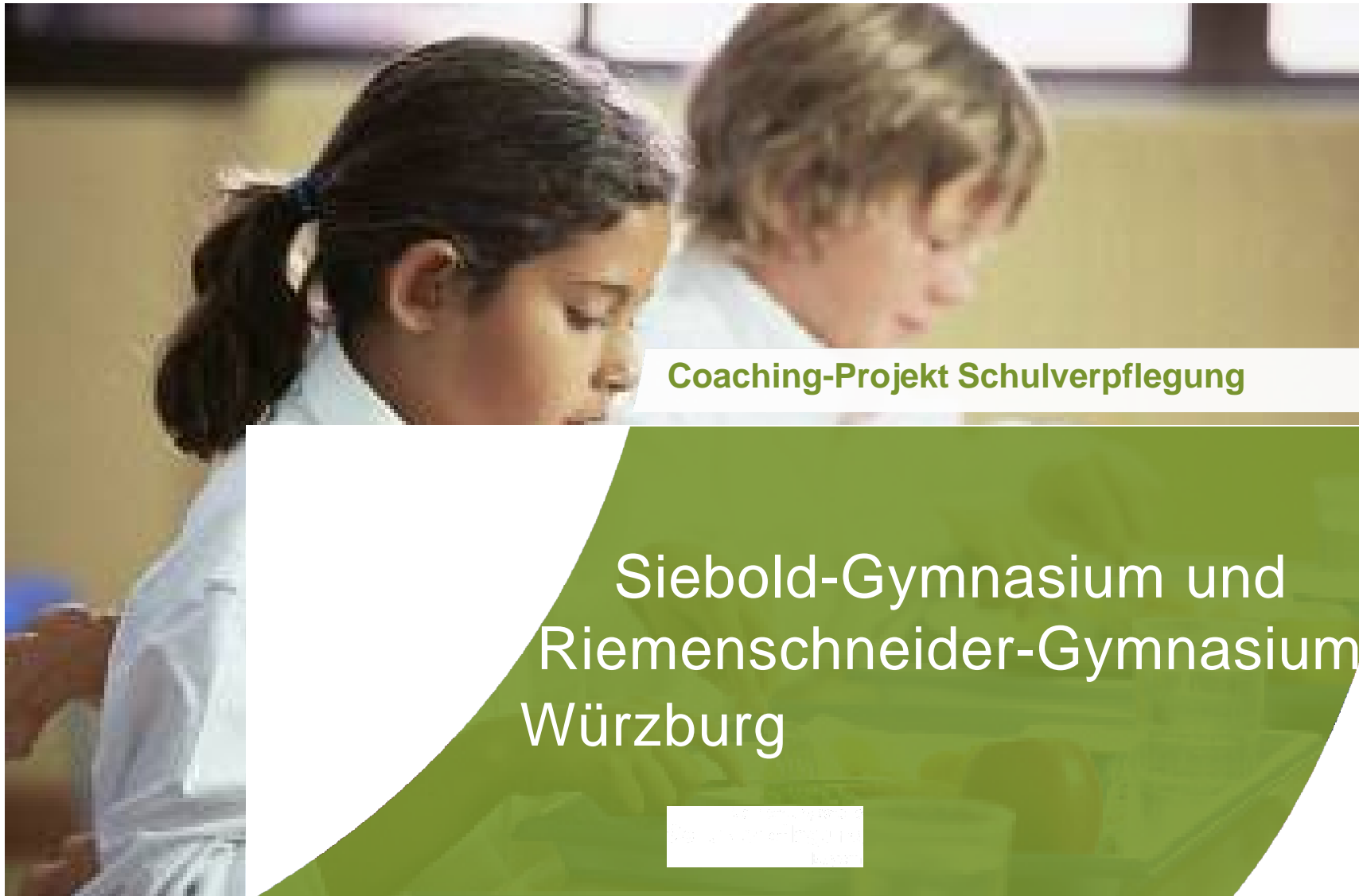
Eine Bemerkung zum Schluss

- Ernährungsbildungsaktionen, z.B. die Zubereitung eines gesunden Pausenbrots, sind nicht Teil des Coachings
- Möglich sind Anstoß und Koordination entsprechender Aktionen, die dann von Mitgliedern der Schulgemeinde durchgeführt werden





**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**



Coaching-Projekt Schulverpflegung

Siebold-Gymnasium und
Riemenschneider-Gymnasium
Würzburg

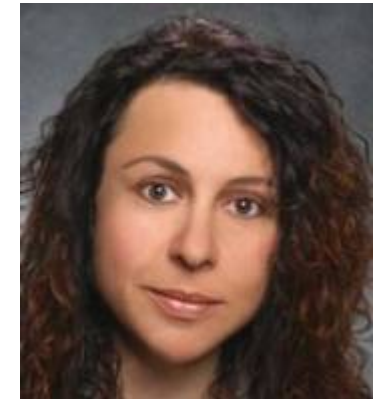




Coaching-Projekt Schulverpflegung



Ihr Schulverpflegungs-Coach



Ernährungsberatung

Iris Burger

Staatl. gepr. Diätassistentin/DKL

Fachberaterin für Essstörungen/FZE

Ernährungsfachberater Allergologie/DAAB

Sonnenleite 14

97737 Gemünden

Tel. 09351/4863

www.ernaehrungsberatung-burger.de



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Zentrale Vernetzungsstelle

am Kompetenzzentrum Ernährung – Standort Kulmbach

Regionale Vernetzungsstellen

an acht Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Oberbayern West
Fürstenfeldbruck

Oberbayern Ost
Ebersberg

Niederbayern
Landshut

Oberpfalz
Regensburg

Oberfranken
Bayreuth

Mittelfranken
Fürth

Unterfranken
Würzburg

Schwaben
Augsburg



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Unterfranken

Leitung: Marion Begerau (M.Sc. Ernährungswissenschaften)

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Würzburg
Fachzentrum Ernährung/Gemeinschaftsverpflegung

Von-Luxburg-Straße 4
97074 Würzburg

Tel.: 0931 7904-741
schulverpflegung@aelf-wu.bayern.de



Coaching-Projekt

der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern:

unterstützt bayerische Schulen bei der Implementierung einer

- gesundheitsförderlichen und schmackhaften,
- akzeptierten und bei der ganzen Schulfamilie beliebten,
- bezahlbaren und wirtschaftlichen
- Mittags- und Pausenverpflegung

gemäß des DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung.

...wird bereits zum 7. Mal durchgeführt.



Wenn der Hunger kommt:



**Fett macht müde !
Fetteiche Speisen
liegen sehr lange im
Magen und belasten
den Kreislauf**



Schnelle Kohlenhydrate?

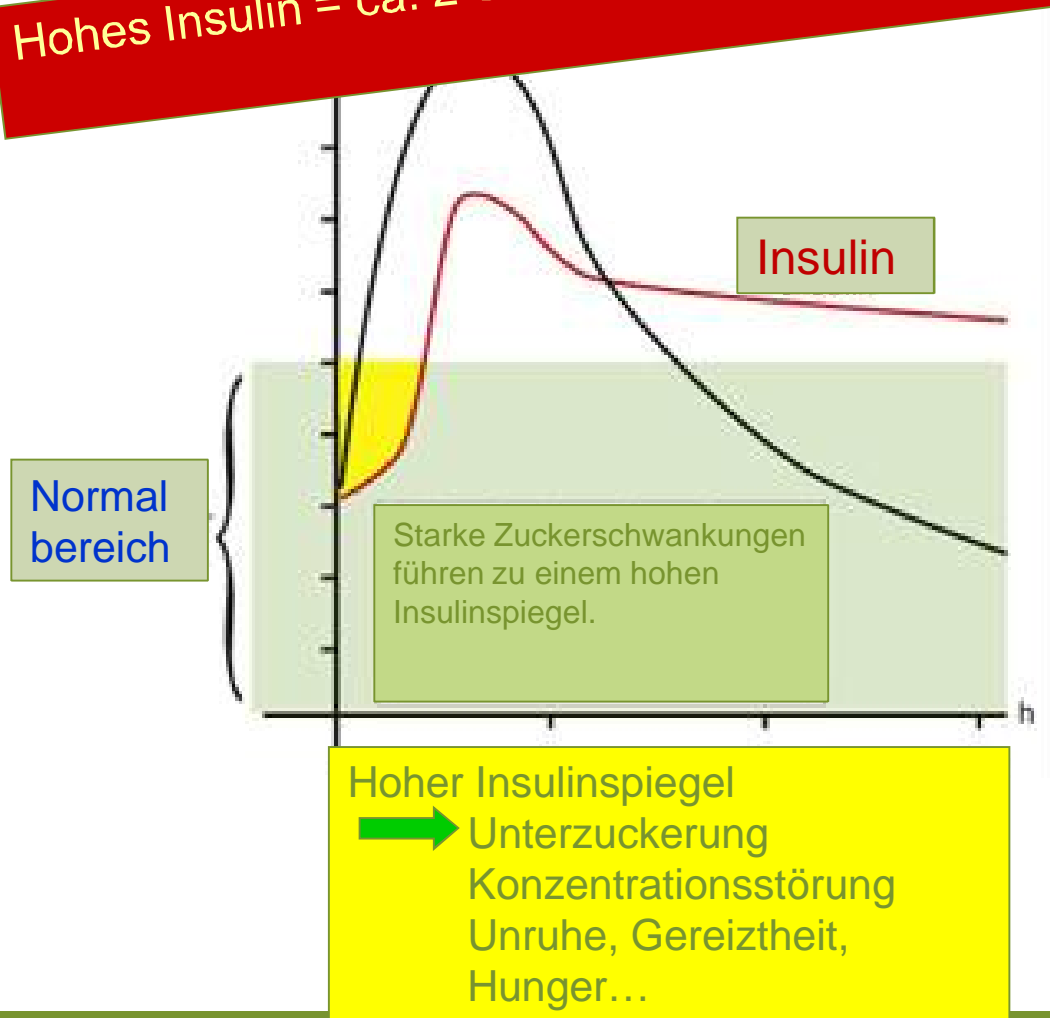


Schnelle Kohlenhydrate →
schneller Blutzuckeranstieg
hohe Insulinausschüttung →
→ schneller Blutzuckerabfall.



Kohlenhydrate / Insulinausschüttung

Hohes Insulin = ca. 2 Stunden lang keine Fettverbrennung



Warum nehmen das **Siebold** und das **Riemenschneider** **Gymnasium** am **Coaching-Projekt** teil?

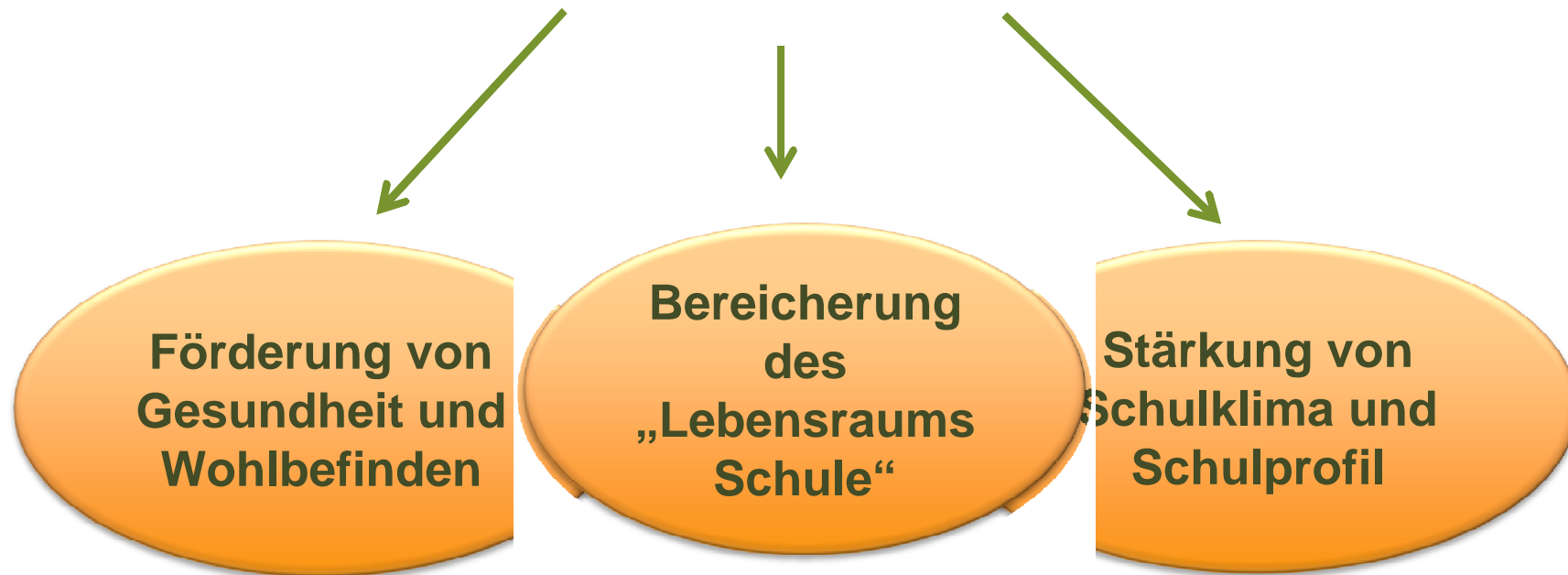
Wir möchten:

- Steigerung der Akzeptanz bei Eltern, Schülern und Lehrkräften
- Steigerung der Essensteilnehmer
- Die Mensa soll attraktiver werden
- Optimierung des Speiseplans nach DGE – Richtlinien



Ziele des Coaching-Projekts in der Schulverpflegung

Individuelles Coaching für individuelle Lösungen!



Ansprechpartner von Schulseite:

- Verpflegungsbeauftragte Frau Gold und Herr Gündel

Essensgremium:

- Frau Gold und Herr Gündel
- Schulleitung Siebold – Gymnasium Frau Nickel-Göb
- Ausgabepersonal
- Vertreter des Caterer InCa GmbH Mainfranken
- Schüler
- Vertreter des Sachaufwandsträgers
- Elternvertretung: Frau Schmidt + _____
- Leitung OGS Riemenschneider-Gymnasium
Herr Stratenwerth
- Schulcoach Frau Burger



Was bedeutet das Coaching-Projekt für Sie konkret?

- Alle Mitglieder der Schulfamilie können einen Beitrag zur Optimierung der Mittags- oder Pausenverpflegung leisten!
- Je mehr Beteiligte konstruktive Kritik, Wünsche und Ideen einbringen, desto effektiver wird das Coaching!

➔ **Nutzen Sie diese Chance, bringen Sie sich ein und motivieren sie auch andere zum „Mitdenken“!**



Zeitplan und Vorgehensweise

Ende September / Anfang Oktober:

- Vorstellung an der Schule



Oktober / Mitte November:

- Gespräche mit den Verantwortlichen für die Mittagsverpflegung sowie mit Schülervertretern
- Teilnahme am Mittagessen
- Information und Austausch mit den Eltern im Rahmen einer Elternbeiratssitzung

22.10.2015



Zeitplan und Vorgehensweise II

Bis Mitte November:

- Dokumentation der Wünsche und Herausforderungen und Durchführung eines Speiseplan-Checks bzw. Pausenverpflegungs-Checks



Dezember /Januar:

- Ausarbeiten möglicher Lösungsansätze/Maßnahmen
- Erstellung eines Zeitrasters für deren Umsetzung
- Vorstellung der angedachten Maßnahmen vor dem Essensgremium



Zeitplan und Vorgehensweise III

Bis Juli:

- Begleitung der Schule bei der Umsetzung der geplanten Maßnahmen
- Einarbeiten möglicher Korrekturen
- Austausch, Abstimmung untereinander



Zeitplan und Vorgehensweise IV



Bis Ende des Schuljahres:

- Erstellung eines Abschlussberichts inkl. Speiseplan Pausenverpflegungs-Check für die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern
- Abschlussgespräch mit dem Essensgremium
- Abschlussveranstaltung mit Urkundenverleihung mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung

Begleitende Dokumentation des Coaching-Prozesses im Internet unter www.schulverpflegung.bayern.de/unterfranken



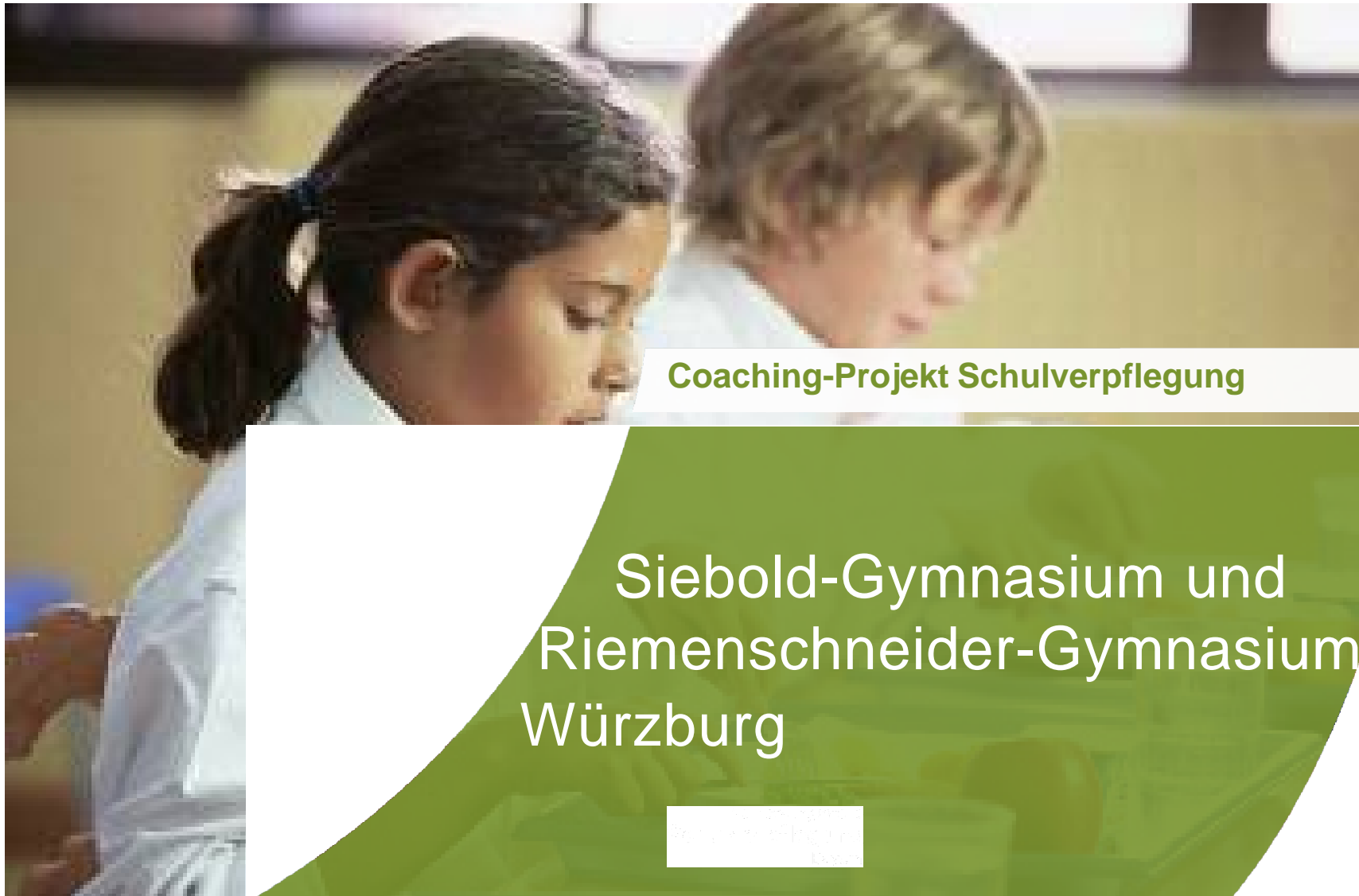
Eine Bemerkung zum Schluss

- Ernährungsbildungsaktionen, z.B. die Zubereitung eines gesunden Pausenbrots, sind nicht Teil des Coachings
- Möglich sind Anstoß und Koordination entsprechender Aktionen, die dann von Mitgliedern der Schulgemeinde durchgeführt werden





**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**



Coaching-Projekt Schulverpflegung

Siebold-Gymnasium und
Riemenschneider-Gymnasium
Würzburg

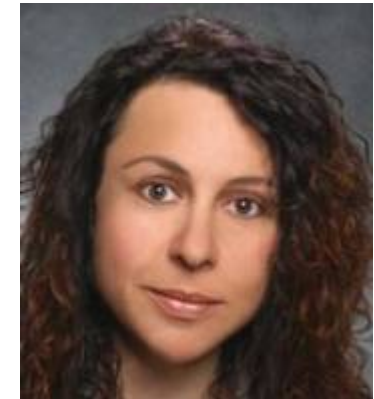




Coaching-Projekt Schulverpflegung



Ihr Schulverpflegungs-Coach



Ernährungsberatung

Iris Burger

Staatl. gepr. Diätassistentin/DKL

Fachberaterin für Essstörungen/FZE

Ernährungsfachberater Allergologie/DAAB

Sonnenleite 14

97737 Gemünden

Tel. 09351/4863

www.ernaehrungsberatung-burger.de



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Zentrale Vernetzungsstelle

am Kompetenzzentrum Ernährung – Standort Kulmbach

Regionale Vernetzungsstellen

an acht Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Oberbayern West
Fürstenfeldbruck

Oberbayern Ost
Ebersberg

Niederbayern
Landshut

Oberpfalz
Regensburg

Oberfranken
Bayreuth

Mittelfranken
Fürth

Unterfranken
Würzburg

Schwaben
Augsburg



Vernetzungsstelle Schulverpflegung Unterfranken

Leitung: Marion Begerau (M.Sc. Ernährungswissenschaften)

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Würzburg
Fachzentrum Ernährung/Gemeinschaftsverpflegung

Von-Luxburg-Straße 4
97074 Würzburg

Tel.: 0931 7904-741
schulverpflegung@aelf-wu.bayern.de



Coaching-Projekt

der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern:

unterstützt bayerische Schulen bei der Implementierung einer

- gesundheitsförderlichen und schmackhaften,
- akzeptierten und bei der ganzen Schulfamilie beliebten,
- bezahlbaren und wirtschaftlichen
- Mittags- und Pausenverpflegung

gemäß des DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung.

...wird bereits zum 7. Mal durchgeführt.



Wenn der Hunger kommt:



**Fett macht müde !
Fetteiche Speisen
liegen sehr lange im
Magen und belasten
den Kreislauf**



Schnelle Kohlenhydrate?

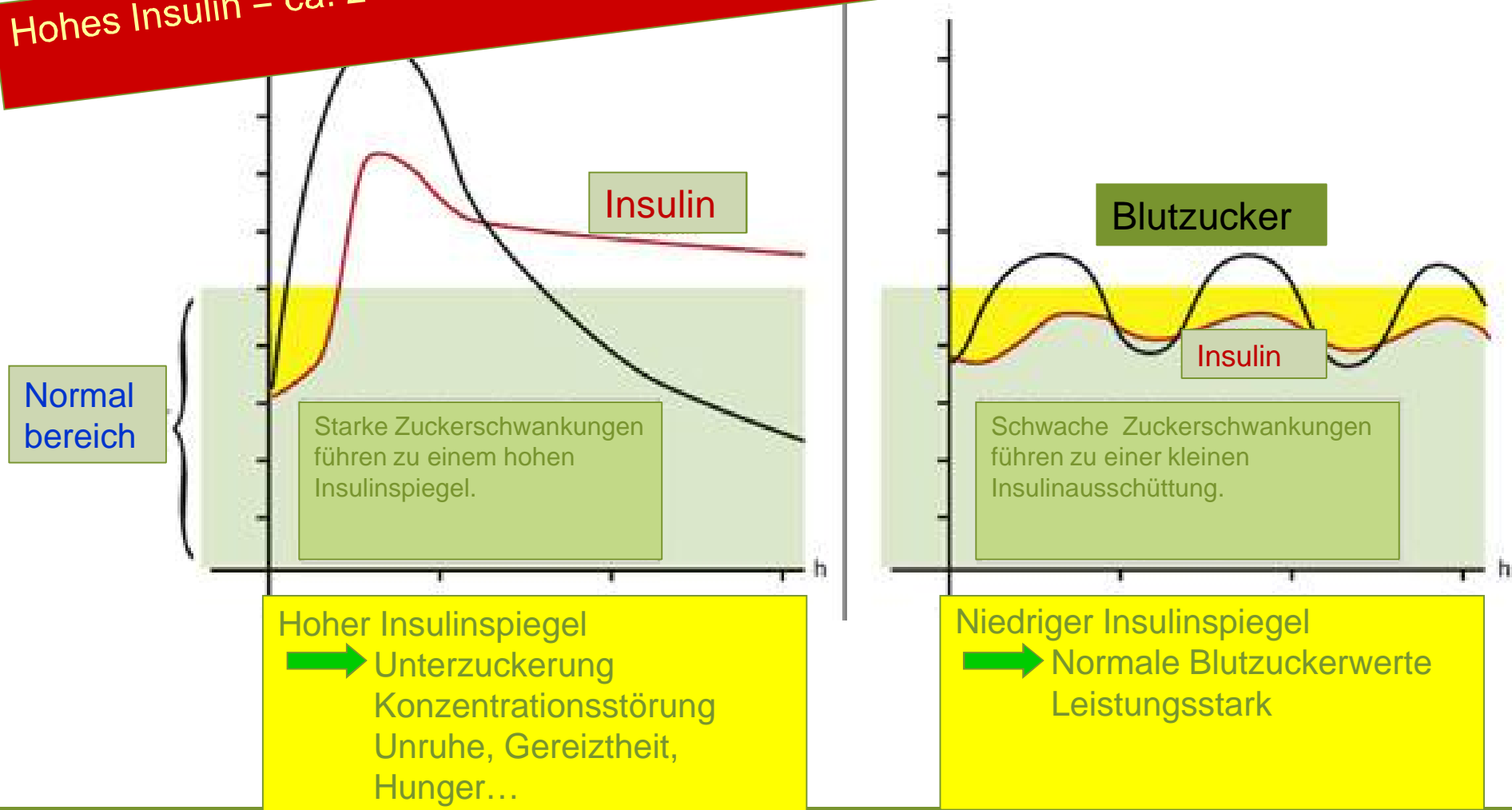


Schnelle Kohlenhydrate →
schneller Blutzuckeranstieg
hohen Insulinausschüttung →
→ schneller Blutzuckerabfall.



Kohlenhydrate / Insulinausschüttung

Hohes Insulin = ca. 2 Stunden lang keine Fettverbrennung



Warum nehmen das **Siebold** und das **Riemenschneider** **Gymnasium** am **Coaching-Projekt** teil?

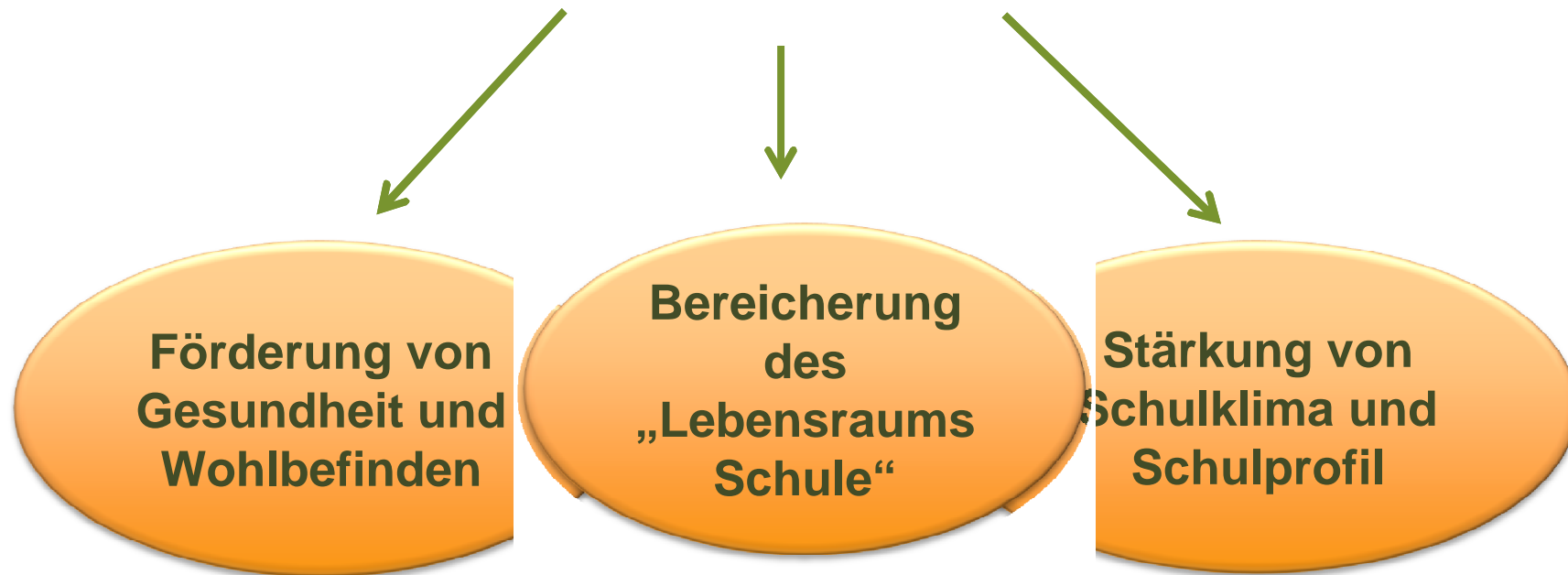
Wir möchten:

- Steigerung der Akzeptanz bei Eltern, Schülern und Lehrkräften
- Steigerung der Essensteilnehmer
- Die Mensa soll attraktiver werden
- Optimierung des Speiseplans nach DGE – Richtlinien



Ziele des Coaching-Projekts in der Schulverpflegung

Individuelles Coaching für individuelle Lösungen!



Ansprechpartner von Schulseite:

- Verpflegungsbeauftragte Frau Gold und Herr Gündel

Essensgremium:

- Frau Gold und Herr Gündel
- Schulleitung Siebold – Gymnasium Frau Nickel-Göb
- Ausgabepersonal
- Vertreter des Caterer InCa GmbH Mainfranken
- Schüler
- Vertreter des Sachaufwandsträgers
- Elternvertretung: Frau Schmidt + _____
- Leitung OGS Riemenschneider-Gymnasium
Herr Stratenwerth
- Schulcoach Frau Burger



Was bedeutet das Coaching-Projekt für Sie konkret?

- Alle Mitglieder der Schulfamilie können einen Beitrag zur Optimierung der Mittags- oder Pausenverpflegung leisten!
- Je mehr Beteiligte konstruktive Kritik, Wünsche und Ideen einbringen, desto effektiver wird das Coaching!

➔ **Nutzen Sie diese Chance, bringen Sie sich ein und motivieren sie auch andere zum „Mitdenken“!**



Zeitplan und Vorgehensweise

Ende September / Anfang Oktober:

- Vorstellung an der Schule



Oktober / Mitte November:

- Gespräche mit den Verantwortlichen für die Mittagsverpflegung sowie mit Schülervertretern
- Teilnahme am Mittagessen
- Information und Austausch mit den Eltern im Rahmen einer Elternbeiratssitzung

22.10.2015



Zeitplan und Vorgehensweise II

Bis Mitte November:

- Dokumentation der Wünsche und Herausforderungen und Durchführung eines Speiseplan-Checks bzw. Pausenverpflegungs-Checks



Dezember /Januar:

- Ausarbeiten möglicher Lösungsansätze/Maßnahmen
- Erstellung eines Zeitrasters für deren Umsetzung
- Vorstellung der angedachten Maßnahmen vor dem Essensgremium



Zeitplan und Vorgehensweise III

Bis Juli:

- Begleitung der Schule bei der Umsetzung der geplanten Maßnahmen
- Einarbeiten möglicher Korrekturen
- Austausch, Abstimmung untereinander



Zeitplan und Vorgehensweise IV



Bis Ende des Schuljahres:

- Erstellung eines Abschlussberichts inkl. Speiseplan Pausenverpflegungs-Check für die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern
- Abschlussgespräch mit dem Essensgremium
- Abschlussveranstaltung mit Urkundenverleihung mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung

Begleitende Dokumentation des Coaching-Prozesses im Internet unter www.schulverpflegung.bayern.de/unterfranken



Eine Bemerkung zum Schluss

- Ernährungsbildungsaktionen, z.B. die Zubereitung eines gesunden Pausenbrots, sind nicht Teil des Coachings
- Möglich sind Anstoß und Koordination entsprechender Aktionen, die dann von Mitgliedern der Schulgemeinde durchgeführt werden





**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**