

**Evaluation des Projekts
«Movimento e gusto con
l'equilibrio giusto!»**

**Evaluationsbericht zuhanden des Ufficio del medico cantonale,
Servizio di promozione e di valutazione sanitaria (SPVS) des
Kantons Tessin**

Luzern, den 26. Oktober 2020

I Autorinnen

Isabella Lussi, Dr. (Projektleitung)
Rebecca Jaks, MA (Projektmitarbeit)
Anina Hanimann, MA (Qualitätssicherung)
Ruth Feller, lic. phil. (Fachberatung)

**I INTERFACE Politikstudien
Forschung Beratung GmbH**

Seidenhofstrasse 12
CH-6003 Luzern
Tel +41 (0)41 226 04 26

Place de l'Europe 7
CH-1003 Lausanne
Tel +41 (0)21 310 17 90

www.interface-pol.ch

I Auftraggeber

Ufficio del medico cantonale, Servizio di promozione e di valutazione sanitaria (SPVS). Kanton Tessin.

I Zitiervorschlag

Lussi, Isabella; Jaks, Rebecca; Hanimann, Anina; Feller, Ruth (2020): Movimento e gusto con l'equilibrio giusto! Evaluationsbericht. Interface. Luzern.

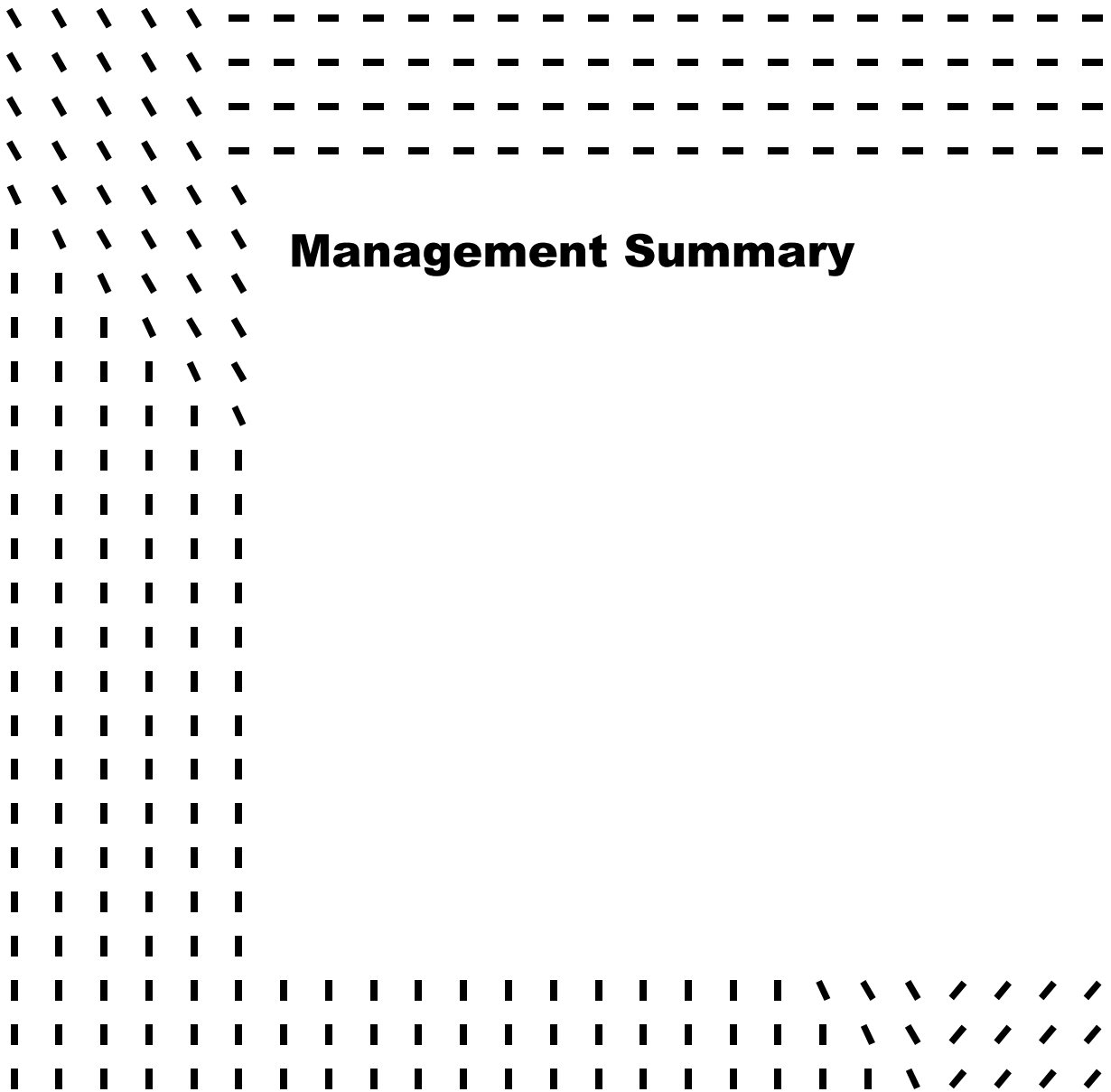
I Laufzeit

August 2018 bis August 2020

I Projektreferenz

Projektnummer: 18-71

Management Summary	4
1. Ausgangslage – das Projekt «Movimento e gusto con l’equilibrio giusto!»	7
1.1 Ziele des Projekts	8
1.2 Leistungen im Projekt	9
2. Ziel und Methode der Evaluation	11
2.1 Ziel der Evaluation und Evaluationsfragen	12
2.2 Methodisches Design der Evaluation	13
2.3 Grenzen der Evaluation	17
3. Ergebnisse	18
3.1 Beurteilung des Konzepts und der Leistungen im Projekt	19
3.2 Kurzfristige Wirkungen des Projekts	24
3.3 Langfristige Wirkungen des Projekts	41
3.4 Allgemeine Zufriedenheit und Zukunft des Projekts	49
4. Schlussfolgerungen und Empfehlungen	55
4.1 Schlussfolgerungen und Beantwortung der Evaluationsfragen	56
4.2 Empfehlungen	61
Anhang	65



Management Summary

I Das Projekt «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto»

Mit dem Projekt «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» wird das Ziel verfolgt, eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung von Kindern zu fördern. Das Projekt richtet sich an Lehrpersonen und Eltern von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Lehrpersonen sollen zu den Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden und ihr didaktisches Repertoire zur Umsetzung der Themen Ernährung und Bewegung vergrössern. Eltern sollen ebenfalls zu den Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden, um ihren Kindern eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegungsmöglichkeiten bieten zu können. Zudem soll das Projekt dazu beitragen, dass die Schulen eine gesundheitsfördernde Kultur etablieren, in denen die Themen Ernährung und Bewegung institutionalisiert sind. Das Projekt steht allen Tessiner Schulen zur Teilnahme offen. Die Lehrpersonen werden in insgesamt vier Weiterbildungsmodulen zu Ernährungs- und Bewegungsthemen weitergebildet und sie nehmen an sieben Austauschtreffen teil. Zudem können sie finanzielle Unterstützung zur Umsetzung der beiden Themen im Unterricht beantragen. Für die Eltern werden im Rahmen des Projekts insgesamt drei Abendveranstaltungen angeboten, an denen Experten/-innen aus den Bereichen Ernährung und Bewegung über verschiedene Themen informieren. Das Projekt ist auf zwei Schuljahre angelegt und wird am Ende des zweiten Schuljahres mit einem gemeinsamen Abschlusstag abgeschlossen, an dem Lehrpersonen, Schüler/-innen und Eltern teilnehmen.

I Ziele und Methoden der Evaluation

Das Ziel der vorliegenden Evaluation besteht in erster Linie darin, die kurz- und langfristigen Wirkungen des Projekts «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» zu überprüfen. Zudem soll die Evaluation eine Beurteilung des Konzepts und der im Projekt erbrachten Leistungen ermöglichen sowie Optimierungsmöglichkeiten aufzeigen. Zur Beantwortung der Evaluationsfragen wurden folgende Erhebungen und Analysen durchgeführt:

1. Dokumentenanalyse und Erstellen eines Wirkungsmodells
2. Quantitative Längsschnittbefragung von Lehrpersonen und Eltern an zwei Schulen (vor und nach der Projektintervention)
3. Zwei Fallstudien an zwei Schulen mit je drei Fokusgruppeninterviews (Lehrpersonen, Eltern, Schüler/-innen)
4. Retrospektive Studie zu den langfristigen Wirkungen des Projekts in 14 Schulen (Befragung aller Lehrpersonen der am Projekt teilnehmenden Schulen seit 2010, Befragung von 12 Schulleitenden)

I Ergebnisse und Schlussfolgerungen der Evaluation

Die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass das *Konzept und die Leistungen* des Projekts «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto» sowohl von den Lehrpersonen als auch von den Eltern insgesamt positiv beurteilt werden. Die Themen Ernährung und Bewegung

werden als wichtig erachtet und die Veranstaltungen dazu (Weiterbildungen, Abendveranstaltungen, Austauschtreffen) sowie die finanzielle Unterstützung als hilfreich erachtet.

Die Längsschnittbefragung bei den *Lehrpersonen* zeigt, dass am Ende des Projekts hauptsächlich positive Wirkungen festzustellen sind. Die grössten Effekte sind bezüglich eines veränderten respektive erweiterten Wissens und der Umsetzung von Ernährungs- und Bewegungsaktivitäten im Unterricht feststellbar. Die persönlichen Einstellungen der Lehrpersonen und deren persönliches Ernährungs- und Bewegungsverhalten haben sich aufgrund des Projekts hingegen kaum verändert.

Auch auf die *Eltern* hat das Projekt hauptsächlich positive, wenn auch insgesamt etwas geringere Wirkungen. Die Eltern konnten durch das Projekt ihr Wissen zum Thema Ernährung und Bewegung erweitern. Die grösste Herausforderung stellt für die Eltern jedoch die Umsetzung des erworbenen Wissens im familiären Alltag dar.

Die Wirkungen des Projekts auf die *Schüler/-innen* können insgesamt ebenfalls als positiv beurteilt werden. Vor allem die Kenntnisse zu einer ausgewogenen Ernährung scheinen sich durch das Projekt vergrössert zu haben, was bei gewissen Schülern/-innen teilweise zu einem veränderten Ernährungsverhalten geführt hat.

Langfristig hat das Projekt nur bedingt eine Wirkung auf die Schulen. Dies zeigt sich zum einen an der nicht prioritären Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung im Vergleich zu anderen Themen und zum anderen an der geringen institutionellen Verankerung. Die Integration der Themen im Unterricht ist stark von der einzelnen Lehrperson, aber auch von der Schulleitung abhängig. Insgesamt kann festgestellt werden, dass durch das Projekt das Thema der ausgewogenen Ernährung stärker in den Schulen verankert wurde als das Thema der regelmässigen und vielseitigen Bewegung.

Die *Zufriedenheit* mit dem Projekt ist aus Sicht aller befragten Akteure insgesamt hoch. Das Interesse an weiteren Veranstaltungen hält sich jedoch in Grenzen. Die Optimierungsvorschläge zur zukünftigen Ausrichtung der Veranstaltungen beziehen sich sowohl auf deren Inhalte als auch auf deren Format.

I Empfehlungen

Basierend auf den Ergebnissen der Evaluation werden insgesamt sechs Empfehlungen abgeleitet: Die *erste Empfehlung* beinhaltet den Vorschlag zur Differenzierung der Weiterbildungs- und Veranstaltungsinhalte und der Settings dieser Angebote. Die *zweite, dritte und vierte Empfehlung* enthalten den Vorschlag, den Fokus des Projekts sowohl bei den Lehrpersonen als auch bei Eltern vermehrt auf den Austausch und die Vermittlung von Handlungswissen zu legen und die didaktische Unterstützung der Lehrpersonen zu stärken. In der *fünften Empfehlung* schlagen wir vor, die Zielgruppe des Projekts auf Schulleitende auszuweiten, um die Nachhaltigkeit des Projekts zu erhöhen. Die *sechste Empfehlung* beinhaltet den Vorschlag, zur Differenzierung der Inhalte und der Formate des Projekts die Zusammenarbeit mit potenziellen Kooperationspartnern zu intensivieren.



**1. Ausgangslage – das Projekt
«Movimento e gusto con
l’equilibrio giusto!»**

Das Projekt «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» ist ein Projekt des Ufficio del medico cantonale (Servizio di promozione e di valutazione sanitaria (SPVS), Servizio di medicina scolastica) der sich mit der Prävention nicht übertragbarer Krankheiten und der Gesundheitsförderung zugunsten der Bevölkerung des Kantons Tessin befasst. Mit dem Projekt wird das Ziel verfolgt, eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung von Kindern zu fördern.

Das Projekt, das sich an Lehrpersonen und Eltern von Kindern im Kindergarten- und Primarschulalter richtet, besteht seit 2005 und ist seit 2008 Teil des kantonalen Aktionsprogramms «Promozione della salute». Dieses Programm wird von Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) unterstützt. Das Projekt wird in Übereinstimmung mit dem Ufficio scuole comunali, Conferenza cantonale dei genitori und dem Forum per la promozione della salute nella scuola gefördert. Für die Umsetzung der Weiterbildung und der Abendveranstaltungen werden auch externe Experten/-innen (Ernährungsberater/-innen, Schulärzte/-innen, Bewegungsexperten/-innen) hinzugezogen.

Das Projekt steht allen Tessiner Schulen zur Teilnahme offen und ist auf zwei Schuljahre angelegt. Zwischen 2008/2009 und 2017/18 haben insgesamt 26 Schulen am Projekt teilgenommen. Dadurch wurden insgesamt 344 Lehrpersonen und 4'521 Schüler/-innen angesprochen.

Im folgenden Abschnitt werden die Ziele des Projekts und die im Projekt angebotenen Leistungen kurz zusammengefasst. In Kapitel 2 wird das Ziel und das methodische Vorgehen der Evaluation erläutert. Dies beinhaltet sowohl die zentralen Evaluationsfragen als auch die angewandten Erhebungs- und Auswertungsverfahren. In Kapitel 3 werden die Ergebnisse der Evaluation entlang der Evaluationsfragen dargestellt. Die Darstellungen zu den Ergebnissen befinden sich grösstenteils im Anhang. In Kapitel 4 werden basierend auf den Ergebnissen die Evaluationsfragen beantwortet, Schlussfolgerungen gezogen sowie Empfehlungen für die Projektleitung formuliert.

1.1 Ziele des Projekts

Das Projekt «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» verfolgt in erster Linie das Ziel, eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung von Kindern zu fördern. Um dieses Ziel zu erreichen, soll das Projekt Wirkungen bei den Lehrpersonen, bei den Eltern und in der Schule erzielen. Im Folgenden sind die erwünschten Wirkungen dargestellt.

1.1.1 Erwünschte Wirkungen bei den Lehrpersonen

Die Lehrpersonen ...

- ... sollen für die Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden (Veränderung von Wissen und Einstellungen),
- ... sollen ihr didaktisches Repertoire zur Umsetzung der Themen Ernährung und Bewegung vergrössern (Veränderung von Verhalten im Unterricht).

1.1.2 Erwünschte Wirkungen bei den Eltern

Die Eltern ...

- ... sollen für die Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden (Veränderung von Wissen und Einstellungen),
- ... sollen ihren Kindern eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegungsmöglichkeiten bieten können (Veränderung von Verhalten in der Familie).

1.1.3 Erwünschte Wirkungen in den Schulen

Die Schulen ...

- ... sollen eine Kultur etablieren, die den Schülern/-innen eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung ermöglicht (Veränderung institutioneller Verhältnisse an Schulen)

Mittels der auf diesen drei Ebenen verfolgten Zielsetzungen sollen die Kinder respektive Schüler/-innen zu den Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden. Zudem sollen sie zu einer ausgewogenen Ernährung und einer regelmässigen und vielseitigen Bewegung geführt werden.

Eine differenzierte Darstellung der im Projekt verfolgten Ziele respektive Wirkungen geht aus dem Wirkungsmodell hervor, das im Rahmen der Evaluation zusammen mit dem Auftraggeber erarbeitet wurde (vgl. Darstellung DA 1). Die im Wirkungsmodell definierten erwünschten Wirkungen dienen als Ausgangslage zur Formulierung der Evaluationsfragen, die im vorliegenden Bericht beantwortet werden.

1.2 Leistungen im Projekt

Ausgehend von den im Projekt verfolgten Ziele hat der SPVS verschiedene Angebote beziehungsweise Leistungen für Lehrpersonen und Eltern erarbeitet. Diese werden im folgenden Abschnitt erläutert.

1.2.1 Leistungen für die Lehrpersonen

Die Leistungen für die Lehrpersonen umfassen Weiterbildungsmodule, Austauschtreffen und finanzielle Unterstützung zur Anschaffung von Materialien.

I Weiterbildung und Austauschtreffen

Die Lehrpersonen besuchen insgesamt vier Weiterbildungsmodule zu Ernährungs- und Bewegungsthemen. Vier spezifische Themen stehen im Zentrum der Weiterbildung der Lehrpersonen:

- Thema 1: Ausgewogene Ernährung
- Thema 2: Obst, Gemüse und Getränke
- Thema 3: Bewegung
- Thema 4: Frühstück und Zwischenmahlzeiten

Neben den Weiterbildungsmodulen werden auch Austauschtreffen zwischen den Lehrpersonen und dem SVPS organisiert. Folgende Treffen finden im ersten und zweiten Programmjahr statt:

- Treffen 1: Anfangstreffen (Vorstellung des Projekts) (1. Jahr)
- Treffen 2: Präsentation didaktischer Materialien (1. Jahr)
- Treffen 3: Präsentation des Projektplans der Schule (Ziele und Aktivitäten) (1. Jahr)
- Treffen 4: Erstes Jahresschlusstreffen (Zwischenbilanz) (1. Jahr)
- Treffen 5: Präsentation didaktischer Materialien (2. Jahr)
- Treffen 6: Präsentation des Projektplans der Schule (Ziele und Aktivitäten) (2. Jahr)
- Treffen 7: Schlusstreffen und Bilanz (2. Jahr)

I Finanzielle Unterstützung

Zur Umsetzung von Bewegungs- und Ernährungsprojekten sowie für die Bestellung von Spielmaterialien steht den Lehrpersonen ausserdem ein Budget zur Verfügung. Für die zwei Projektjahre stehen, in Abhängigkeit der Anzahl Schüler/-innen, jeder Klasse rund 400 Franken und etwa 1'000 Franken für die Aktivitäten der gesamten Schule zur Verfügung. Im ersten Jahr wird den Schulen zudem ein Kredit für Spielmaterial zur Bewegungsförderung in der Höhe von rund 1'000 Franken (abhängig von der Anzahl Schüler/-innen) angeboten. Das Spielmaterial, das bestellt werden kann, ist auf einer Liste zusammengestellt.

1.2.2 Leistungen für die Eltern

Für die Eltern werden im Rahmen des Projekts insgesamt drei Abendveranstaltungen angeboten, wo Experten/-innen aus den Bereichen Ernährung und Bewegung (u.a. Ernährungsberater/-innen, Schulärzte/-innen) über verschiedene Themen informieren. Folgende Themen werden in den Austauschtreffen mit den Eltern behandelt:

- Thema 1: Ausgewogene Ernährung, Getränke, Obst und Gemüse
- Thema 2: Bewegung
- Thema 3: Frühstück und Zwischenmahlzeiten

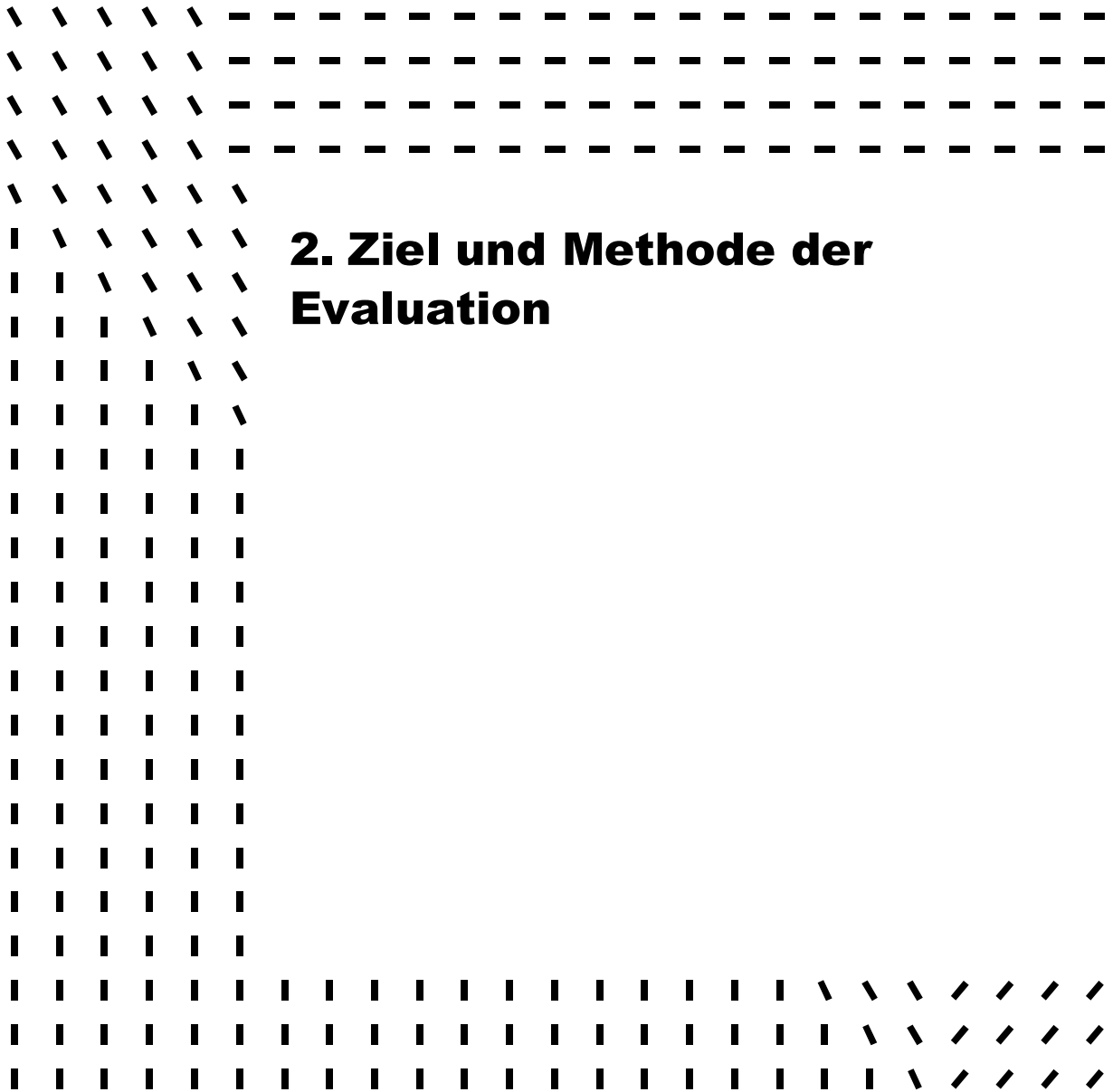
1.2.3 Gemeinsamer Abschlusstag und Newsletter

Das Projekt ist auf zwei Schuljahre angelegt und wird am Ende des zweiten Schuljahres mit einem gemeinsamen Abschlusstag abgeschlossen, an dem Lehrpersonen, Schüler/-innen und Eltern teilnehmen.

Zudem wird den interessierten Lehrpersonen und interessierten Eltern viermal pro Jahr der elektronische Newsletter des kantonalen Aktionsprogramms zugeschickt.

1.2.4 Abweichungen aufgrund der Corona-Pandemie

Aufgrund der Corona-Pandemie und des dadurch bedingten Lockdowns im Frühling 2020 konnte das Projekt nicht gemäss Plan abgeschlossen werden. In einer Schule wurde die letzte Abendveranstaltung für die Eltern sowie der Abschlusstag nicht durchgeführt. An der anderen Schule wurde nur der Abschlusstag nicht durchgeführt.



2. Ziel und Methode der Evaluation

2.1 Ziel der Evaluation und Evaluationsfragen

Das Ziel der vorliegenden Evaluation besteht in erster Linie darin, die kurz- und langfristigen Wirkungen des Projekts «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» bei den Lehrpersonen, den Eltern, den Schülern/-innen und in der Schule zu untersuchen. Zudem soll die Evaluation eine Beurteilung des Konzepts und der im Projekt erbrachten Leistungen ermöglichen sowie Optimierungsmöglichkeiten aufzeigen. Folgende Evaluationsfragen werden im vorliegenden Bericht beantwortet:

1. Wie beurteilen die Lehrpersonen und die Eltern das Konzept des Projekts und die daraus resultierenden Leistungen?
 - Wie wichtig erachten Lehrpersonen und Eltern die Ziele des Projekts zu den Themen Ernährung und Bewegung in der Schule? Wie beurteilen sie den Beitrag der Massnahmen zur Zielerreichung?
 - Wie werden die Veranstaltungen (Weiterbildung, Abendveranstaltung, Austauschtreffen) beurteilt? Welche Erwartungen sind damit verbunden und inwiefern wurden diese erfüllt?
 - Wie werden die Unterstützungsmassnahmen (finanzielle Unterstützung, Newsletter) beurteilt?

2. Welche unmittelbaren Wirkungen hat das Projekt auf die Lehrpersonen?
 - Steigert das Projekt das Wissen der Lehrpersonen zu den Themen Ernährung und Bewegung?
 - Verändert das Projekt die Einstellungen der Lehrpersonen gegenüber den Themen Ernährung und Bewegung (Bedeutung der Themen im Unterricht)?
 - Trägt das Projekt zu einem besseren Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Lehrpersonen bei?
 - Welche Faktoren begünstigen respektive behindern erwünschte Wirkungen bei den Lehrpersonen?

3. Welche kurzfristigen Wirkungen hat das Projekt auf die Eltern?
 - Steigert das Projekt das Wissen der Eltern über die Themen Ernährung und Bewegung?
 - Verändert das Projekt die Einstellungen der Eltern gegenüber Ernährung und Bewegung (Bedeutung der Themen in der Familie)?
 - Trägt das Projekt zu einem besseren Ernährungs- und Bewegungsverhalten in der Familie bei?
 - Welche Faktoren begünstigen respektive behindern erwünschte Wirkungen bei den Eltern?

4. Welche unmittelbaren Wirkungen hat das Projekt auf die Schüler/-innen?
 - Steigert das Projekt das Wissen der Schüler/-innen über die Themen Ernährung und Bewegung?
 - Verändert das Projekt die Einstellungen der Schüler/-innen gegenüber den Themen Ernährung und Bewegung (Bedeutung der Themen)?
 - Trägt das Projekt zu einem besseren Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Schüler/-innen bei?

5. Welche langfristigen Wirkungen hat das Projekt auf die Schulen?
 - Nimmt die Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung in den Schulen langfristig zu?
 - Trägt das Projekt zur institutionellen Verankerung der Themen Ernährung und Bewegung in der Schule bei?
 - Welchen Beitrag leistet das Projekt zur Integration der Themen Ernährung und Bewegung im Unterricht?
 - Welche Faktoren begünstigen respektive behindern langfristige Wirkungen in der Schule?

6. Wie zufrieden sind die Teilnehmenden insgesamt mit dem Projekt und wie könnte es optimiert werden?
 - Wie zufrieden sind die Teilnehmenden mit dem Projekt und inwiefern konnten die Erwartungen an das Projekt erfüllt werden?
 - Besteht ein Interesse an weiteren Veranstaltungen (für Lehrpersonen und Eltern)? Wenn ja, in welcher Form?
 - Welche Optimierungsmöglichkeiten gibt es in dem bestehenden Projekt?

Die Evaluationsfragen strukturieren das Ergebniskapitel und werden im Abschnitt 4.1 (Schlussfolgerungen) abschliessend beantwortet.

2.2 Methodisches Design der Evaluation

Zur Beantwortung der Evaluationsfragen wurden in der Evaluation folgende Erhebungen und Analysen durchgeführt:

1. Dokumentenanalyse und Erstellen eines Wirkungsmodells
2. Quantitative Längsschnittbefragung an zwei Schulen (vor und nach der Projektintervention)
3. Zwei Fallstudien an zwei Schulen
4. Retrospektive Studie zu langfristigen Wirkungen des Projekts in 14 Schulen

I Dokumentenanalyse und Wirkungsmodell

In einem ersten Schritt wurde basierend auf einer umfangreichen Dokumentenanalyse ein differenziertes Wirkungsmodell erarbeitet (siehe Darstellung DA 1 im Anhang). Dabei ging es darum, die Ziele des Projekts zu konkretisieren, für die verschiedenen Zielgruppen zu differenzieren und für die weiteren Erhebungen zu operationalisieren. Das Wirkungsmodell wurde durch die Projektleitung validiert.

I Quantitative Längsschnittbefragung an zwei Schulen

Im Anschluss an die Dokumentenanalyse wurde die erste Längsschnittbefragung bei Lehrpersonen und Eltern durchgeführt. Die Befragung zielte darauf ab, die Wirkungen des Projekts bei Eltern, Lehrpersonen und Schülern/-innen in zwei Schulen nachzuweisen. Die beiden teilnehmenden Schulen sind im Schuljahr 2018/19 mit dem Projekt gestartet und haben das Projekt Ende des Schuljahres 2019/20 abgeschlossen.

Rücklauf der Längsschnittbefragungen

Die Einstiegsbefragung der Lehrpersonen wurde zu Beginn der ersten Weiterbildungsveranstaltung mittels eines schriftlichen Fragebogens durchgeführt. Die Eltern wurden zu Beginn des ersten Austauschtreffens ebenfalls mittels schriftlichen Fragebogens befragt. Der Rücklauf bei den Lehrpersonen liegt bei der Eingangsbefragung bei 100 Prozent (N = 21), bei den Eltern liegt er bei rund 36 Prozent (N = 57).¹

Die Endbefragung wurde Ende des Schuljahres 2019/20 aufgrund des Corona-bedingten Lockdowns sowohl bei den Lehrpersonen als auch bei den Eltern online durchgeführt. Der Rücklauf bei den Lehrpersonen beträgt 67 Prozent (N = 14). Bei den Eltern liegt der Rücklauf bei der Endbefragung bei rund 25 Prozent (N = 40).² Die Rücklaufquoten bei der Endbefragung sind deutlich tiefer als bei der Einstiegsbefragung, was vermutlich auf die Online-Befragung zurückzuführen ist. Der Rücklauf konnte auch mit Hilfe von zwei Remindern nicht deutlich gesteigert werden.

Vergleichbarkeit der Stichproben

Die Längsschnittbefragung der Eltern war als Panel-Studie angelegt. Dies bedeutet, dass Veränderungen beziehungsweise Wirkungen nicht nur auf der Aggregatsebene (d.h. über die gesamte Elternschaft), sondern auch auf individueller Ebene aufgezeigt werden können. Um dies zu ermöglichen, wurde sowohl bei der Einstiegsbefragung als auch der Endbefragung für jede befragte Person ein individueller Code erzeugt, der die Zuordnung der beiden Befragungen ermöglicht. Von den insgesamt 40 Antwortenden bei der Endbefragung haben 19 auch an der Eingangsbefragung teilgenommen. Diese Anzahl ist für statistische Auswertungen auf der Individualebene zu gering. Die Auswertungen wurden deshalb aggregiert vorgenommen, was einer Längsschnittstudie im Sinne einer Trendstudie entspricht und ein gängiges Verfahren darstellt, wenn individuelle Längsschnittdaten ungenügend vorhanden sind. Bei Längsschnittstudien im Sinne von Trendstudien (Analyse auf Aggregatsebene) ist die Vergleichbarkeit der Stichprobe relevant. Die Vergleichbarkeit der Elternstichprobe wurde anhand folgender demografischer Merkmale überprüft: Geschlecht, Durchschnittsalter und Ausbildung. Bei der Endbefragung sind im Vergleich zur Einstiegsbefragung mehr Frauen als Männer vertreten. Zudem hat es bei der Endbefragung mehr Eltern, die über einen universitären Bildungsabschluss verfügen. Gemäss bivariaten Analysen stehen diese soziodemografischen Variablen jedoch mit den meisten Ergebnissen nicht in einem signifikanten Zusammenhang. Auf signifikante Zusammenhänge wird in dem Bericht eingegangen. Ausgeschlossen wurden aus den Datenanalysen jene Eltern, die an der Endbefragung teilgenommen haben, jedoch keine Veranstaltung des Projekts besucht haben (insg. 13 Eltern). Der Umfang der finalen Stichprobe der Endbefragung der Eltern beläuft sich damit auf 27.

Die Vergleichbarkeit der Lehrpersonenstichprobe ist dadurch gegeben, dass alle Lehrpersonen, die an der Endbefragung teilgenommen haben, auch die Einstiegsbefragung ausgefüllt haben und keine neuen Lehrpersonen hinzugekommen sind. Da der Rücklauf der Lehrpersonen bei der Endbefragung jedoch nicht 100 Prozent beträgt, wurden die beiden Stichproben ebenfalls hinsichtlich demografischer Merkmale verglichen. Diese Überprüfung zeigt, dass die Stichproben bezüglich Geschlecht und Durchschnittsalter vergleichbar sind. In der Endbefragung sind allerdings weniger Lehrpersonen der Unterstufe und mehr Lehrpersonen der Oberstufe vertreten. Dies hat gemäss bivariaten Analysen jedoch keinen signifikanten Einfluss auf die Ergebnisse.

¹ Die Rücklaufquote beruht auf einer geschätzten Grundgesamtheit von 157 Eltern (80% von insg. 196 Schülern/-innen im Jahr 2018 an beiden Schulen).

² Die Rücklaufquote beruht auf einer geschätzten Grundgesamtheit von 149 Eltern (80% von insg. 186 Schülern/-innen im Jahr 2020 an beiden Schulen).

Die Angaben zu den beiden Stichproben finden sich in den Darstellungen DA 5 und DA 6 im Anhang.

Auswertung der Längsschnittstudie

Die Daten der Längsschnittbefragung wurden in erster Linie deskriptiv ausgewertet. Um Vergleiche zwischen Eingangs- und Endbefragung vornehmen zu können, werden die Ergebnisse der Längsschnittstudie der Eltern und Lehrpersonen nicht anhand absoluter Zahlen, sondern anhand prozentualer Verteilungen dargestellt. Zudem werden, wo sinnvoll, jeweils zu beiden Erhebungszeitpunkten die Mittelwerte aufgezeigt. Die Ergebnisse sind in den Abschnitten 3.1 und 3.2 (Beurteilung des Konzepts und der Leistungen, Beurteilung der Wirkungen) zusammengefasst. Da die absoluten Zahlen, die den Prozentwerten zu Grunde liegen, sehr klein sind, werden zu jeder Frage jeweils auch die Anzahl Antworten (n) angegeben. Die Ergebnisse der Längsschnittbefragungen fließen auch in den Abschnitt 3.4.3 (Optimierungsmöglichkeiten) ein.

Aufgrund der geringen Fallzahlen werden die Daten der *Lehrpersonenbefragung* nicht auf Einzelschulebene, sondern über beide Schulen hinweg ausgewertet. Dies ist auch angezeigt, weil das Projekt bei den Lehrpersonen beider Schulen identisch umgesetzt werden konnte. Trotz der geringen Fallzahlen der Lehrpersonenbefragung wurden bivariate Analysen vorgenommen, um erkennen zu können, welche Faktoren die Erreichung der gewünschten Wirkungen des Projekts begünstigen oder behindern (u.a. Schulstufe, Anzahl besuchter Weiterbildungen, (Dienst-)Alter, Geschlecht). Die Ergebnisse dieser Analysen werden in den Abschnitten 3.2.4 und 3.3.4 dargestellt. Erwähnt werden dabei lediglich die Ergebnisse, die sich als signifikant erwiesen haben. Da die Fallzahlen gering sind, sind nur wenige signifikante Unterschiede zu erwarten.

Bei den *Eltern* gibt es bei der Umsetzung des Projekts Unterschiede. In beiden Schulen wurde aufgrund der Corona-Pandemie kein gemeinsamer Abschlusstag durchgeführt. In einer Schule hat darüber hinaus auch das letzte Treffen zum Thema Ernährung nicht stattgefunden. Um zu klären, inwiefern dieser Unterschied in der Umsetzung die Wirkungen des Projekts beeinflusst, wurde die Auswertung der Längsschnittbefragung bei den Eltern getrennt nach den beiden Schulen vorgenommen und überprüft, ob es bedeutsame Unterschiede zwischen den Schulen gibt. Im Bericht beziehungsweise in den Darstellungen werden die Ergebnisse aus Gründen der Übersichtlichkeit über beide Schulen hinweg dargestellt. Bedeutsame Unterschiede zwischen den Schulen werden im Text erwähnt. In Ergänzung dazu wurden zusätzliche bivariate Analysen mit den Daten der Elternbefragung durchgeführt, um fördernde oder hemmende Faktoren für die Wirkungen des Projekts zu identifizieren (Schule, Anzahl der besuchten Veranstaltungen, Alter, Geschlecht, Bildungsniveau). Die Ergebnisse dieser Analysen sind in den Abschnitten 3.2.4 und 3.3.4 dargestellt. Erwähnt werden dabei lediglich die Ergebnisse, die sich als signifikant erwiesen haben.

I Sechs Gruppeninterviews an zwei Schulen

In Ergänzung zur quantitativen Längsschnittbefragung wurden an den beiden Schulen auch qualitative Gruppeninterviews durchgeführt. In sogenannten Fokusgruppeninterviews wurden an beiden Schulen je ein Gespräch mit Eltern, mit Lehrpersonen sowie mit Schülern/-innen durchgeführt. Listen mit den interviewten Lehrpersonen, Eltern und Schüler/-innen sind in den Darstellungen DA 2 und DA 3 im Anhang beigelegt.

Ausgewertet wurden die Interviews gemäss der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring.³ Die Ergebnisse der Fokusgruppeninterviews fliessen in die Ergebnisdarstellung in den Abschnitten 3.1, 3.2 und 3.4 mit ein.

I Retrospektive Studie zu langfristigen Wirkungen des Projekts

Ein weiterer Teil der Evaluation war die retrospektive Studie mit allen Schulen, die seit 2010 an der Weiterbildung des Projekts teilgenommen haben (insg. 14 Schulen). Dabei ging es darum zu überprüfen, welche langfristigen Wirkungen sich auf Ebene der einzelnen Schulen aufgrund des Projekts retrospektiv nachweisen lassen. Dazu wurden eine Online-Befragung bei Lehrpersonen sowie Interviews mit Schulleitenden durchgeführt.

Online-Befragung der Lehrpersonen (Nachhaltigkeitsstudie)

In einer Nachhaltigkeitsstudie wurden im Herbst 2019 mittels eines Online-Fragebogens diejenigen Lehrpersonen der 14 Schulen zum Projekt befragt, die mindestens einmal an einer Weiterbildung des Projekts teilgenommen haben. Das Ziel der Befragung bestand darin zu eruieren, inwiefern das Projekt zu langfristigen Veränderungen auf didaktischer Ebene geführt und die Teilnahme an den Kursen die Unterrichtspraxis verändert hat. Von den insgesamt 139 kontaktierten Lehrpersonen haben 47 Lehrpersonen an der Umfrage teilgenommen, was einem Rücklauf von 34 Prozent entspricht. Der Rücklauf konnte auch mit zwei Remindern nicht erhöht werden. Die Beschreibung der Stichprobe findet sich in der Darstellung DA 7 im Anhang.

Die Ergebnisse der Nachhaltigkeitsstudie wurden in erster Linie deskriptiv ausgewertet. Die Ergebnisse werden anhand von Prozentangaben und, wo sinnvoll, mit Mittelwerten im Text und in Darstellungen im Abschnitt 3.3 (langfristige Wirkungen) erläutert. Die Ergebnisse der Nachhaltigkeitsstudie fliessen zudem zusammen mit den Ergebnissen der Längsschnittstudien in den Abschnitt 3.4 (Optimierungsmöglichkeiten) ein. Weiter wurden vereinzelt bivariate Analysen vorgenommen, um zu überprüfen, welche Faktoren die Wirkungen des Projekts positiv oder negativ beeinflussen (Schulwechsel, Jahr der Teilnahme, Schulstufe, Thematisierung durch Schulleitung, Geschlecht, Alter). Die Ergebnisse zu signifikanten Zusammenhängen sind im Abschnitt 3.3.4 zusammengefasst.

Telefoninterviews mit Schulleitenden

In Ergänzung zur Befragung der Lehrpersonen wurden 12 Schulleitende der insgesamt 14 Schulen mittels halbstandardisierter telefonischer Interviews zu langfristigen Wirkungen des Projekts befragt (siehe Liste mit den befragten Schulleitenden/Schulen in Darstellung DA 4 im Anhang). Hierbei ging es darum zu klären, inwiefern das Projekt zu Veränderungen auf Ebene der Schule geführt hat.

Zum Zeitpunkt der Befragung ist in acht der zwölf befragten Schulen jedoch nicht mehr dieselbe Schulleitung tätig wie während der Durchführung des Projekts. Diese Schulleitenden können deshalb nur bedingt Aussagen zu langfristigen Wirkungen des Projekts machen. Diese Schulleitenden haben deshalb hauptsächlich den Ist-Zustand in der Schule beschrieben. Inwiefern dieser durch das Projekt beeinflusst wurde, kann durch diese Schulleitenden nicht vollständig geklärt werden.

Die Telefoninterviews wurden anhand eines standardisierten Auswertungsrasters analysiert, das sowohl eine deduktive als auch eine induktive Kategorisierung der Daten erlaubt. Die Ergebnisse der Telefoninterviews mit den Schulleitenden ergänzen die quanti-

³ Mayring, P. (2007): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 9. Auflage. Beltz Verlag. Weinheim und Basel.

tativen Ergebnisse der Nachhaltigkeitsstudie im Abschnitt 3.3 und ergänzen den Abschnitt 3.4.3 (Optimierungsmöglichkeiten) mit der Perspektive der Schulleitenden.

2.3 Grenzen der Evaluation

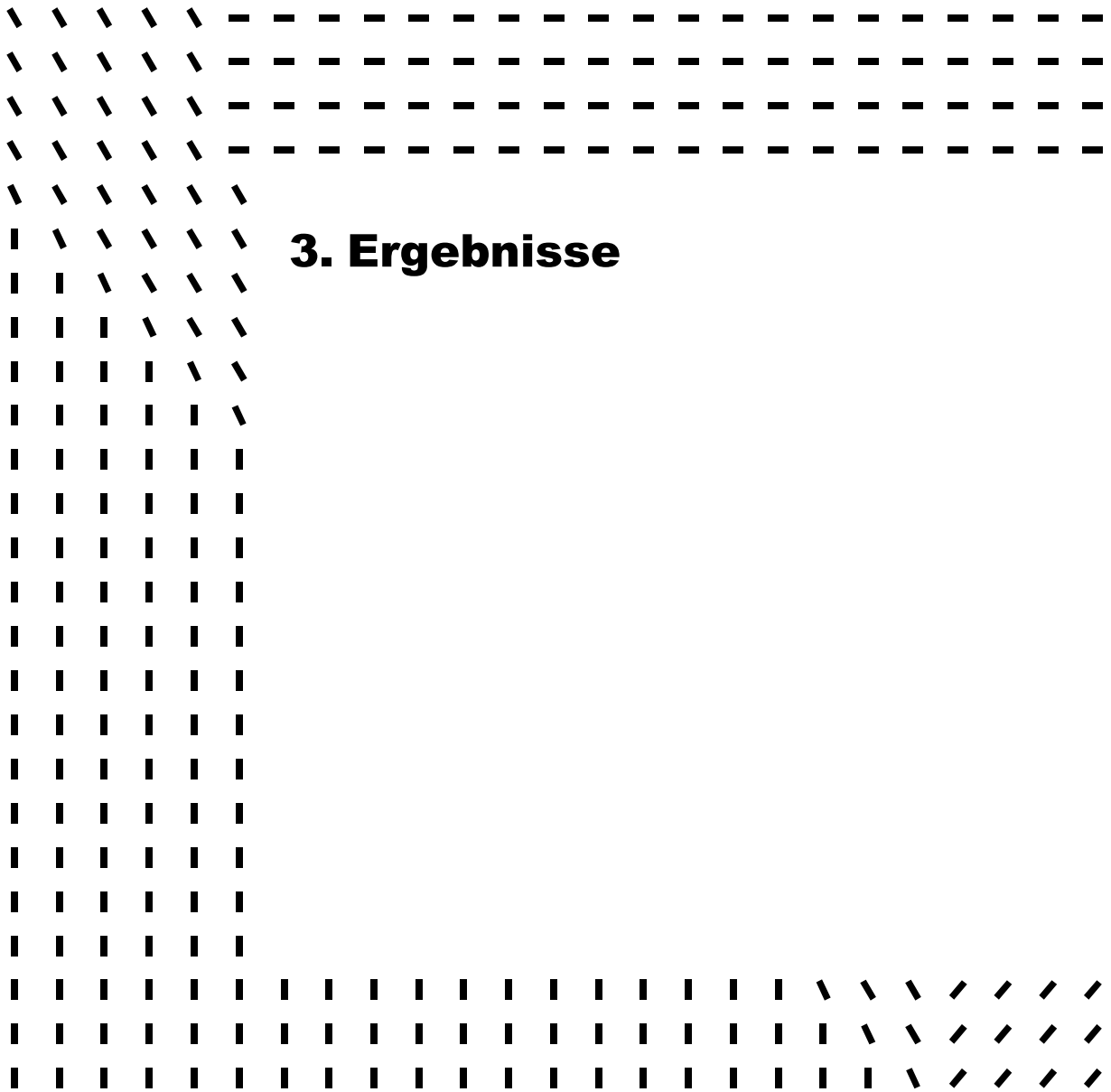
Jedes methodische Vorgehen birgt gewisse Grenzen bezüglich der Aussagekraft der Evaluationsergebnisse. Bei der vorliegenden Evaluation müssen dazu folgende Aspekte erwähnt werden:

Erstens ist davon auszugehen, dass die Eltern, die die Längsschnittbefragung ausgefüllt haben, an den Themen Ernährung und Bewegung besonders interessiert sind, weil sie auch an Veranstaltungen des Projekts teilgenommen haben. Die Evaluation kann keine Aussagen über jene Eltern machen, die nicht an den Veranstaltungen teilgenommen haben. Die Erreichbarkeit jener Eltern stellt nicht nur eine Herausforderung im Projekt, sondern auch bei Evaluationen dar und schränkt die Repräsentativität der Ergebnisse ein.

Zweitens ist die Aussagekraft der Evaluation durch die vorliegenden Fallzahlen begrenzt. Multivariate statistische Analysen (z.B. mittels Regressionsanalysen) und Analysen mit Panel-Daten können nur dann durchgeführt werden, wenn in den einzelnen untersuchten Subgruppen genügend Fallzahlen vorhanden sind. Dies ist in der vorliegenden Evaluation nicht gegeben. Bei den bivariaten Analysen ist zu berücksichtigen, dass es sich dabei um Zusammenhangsanalysen handelt, durch welche die Richtung der Kausalität (was führt zu was) nicht überprüft werden kann.

Drittens kann in der vorliegenden Evaluation sozial erwünschtes Antwortverhalten nicht gänzlich ausgeschlossen werden. Die Angaben der Lehrpersonen, der Eltern und der Schüler/-innen beruhen auf Selbsteinschätzungen. Durch die multiperspektivische Herangehensweise und die Methodentriangulation kann dies jedoch bis zu einem gewissen Grad überprüft werden.

Eine Grenze der Evaluation ergibt sich schliesslich viertens durch den langen Zeitraum der Untersuchung. Im Rahmen des untersuchten Zeitraums gibt es verschiedene potentielle Einflussfaktoren auf das Projekt, die in der Evaluation nicht kontrolliert werden können. Hierzu gehören personelle Wechsel (u.a. der Schulleitenden), aber auch gesellschaftliche Ereignisse wie beispielsweise die Corona-Pandemie. Die Wirkungen, die im Rahmen der Evaluation aufgezeigt werden, können deshalb nicht ausschliesslich auf das Projekt zurückgeführt werden. Dies wird an den zentralen Stellen deutlich gemacht.



In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der Evaluation dargestellt. Die Darstellung der Ergebnisse erfolgt entlang der Evaluationsfragen, wie sie in Abschnitt 2.1 strukturiert sind. Zuerst wird eine Beurteilung des Konzepts und der Leistungen des Projekts aus Sicht der Lehrpersonen und der Eltern vorgenommen. Anschliessend erfolgt die Darstellung der Ergebnisse zu kurzfristigen Wirkungen bei den Lehrpersonen, den Eltern und den Schüler/-innen, basierend auf den Längsschnittbefragungen und den beiden Fallstudien. Im Anschluss daran werden basierend auf der retrospektiven Studie die Ergebnisse zu langfristigen Wirkungen des Projekts dargelegt. Das Kapitel schliesst mit den Ergebnissen zur allgemeinen Zufriedenheit sowie zur zukünftigen Ausgestaltung des Projekts aus Sicht der verschiedenen Akteure.

Die Interpretation der Ergebnisse und die Beantwortung der Evaluationsfragen erfolgt in den Schlussfolgerungen im nachfolgenden Kapitel (Abschnitt 4.1).

3.1 Beurteilung des Konzepts und der Leistungen im Projekt

Im folgenden Abschnitt werden die Ergebnisse der Evaluation bezüglich des Konzepts und der Leistungen im Projekt «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» dargestellt. Diese Ergebnisse basieren auf den Längsschnittstudien der Lehrpersonen und der Eltern in den beiden Schulen, die im Schuljahr 2018/19 mit dem Projekt gestartet sind und dieses im Schuljahr 2019/20 abgeschlossen haben.

Die Beurteilung des Konzepts und der Leistungen wird im Folgenden getrennt nach Lehrpersonen und Eltern vorgenommen, da im Projekt für diese beiden Gruppen unterschiedliche Leistungen angeboten wurden.

3.1.1 Beurteilung des Konzepts und der Leistungen aus Sicht der Lehrpersonen

Im folgenden Abschnitt wird dargestellt, wie die Lehrpersonen die Ziele des Projekts, deren Erreichbarkeit sowie die Leistungen im Projekt beurteilen. Zu den Leistungen gehören die durchgeführten Weiterbildungen, die Austauschtreffen sowie die weiteren Unterstützungsmassnahmen (finanzielle Unterstützung, Newsletter).

I Relevanz und Erreichbarkeit der Ziele

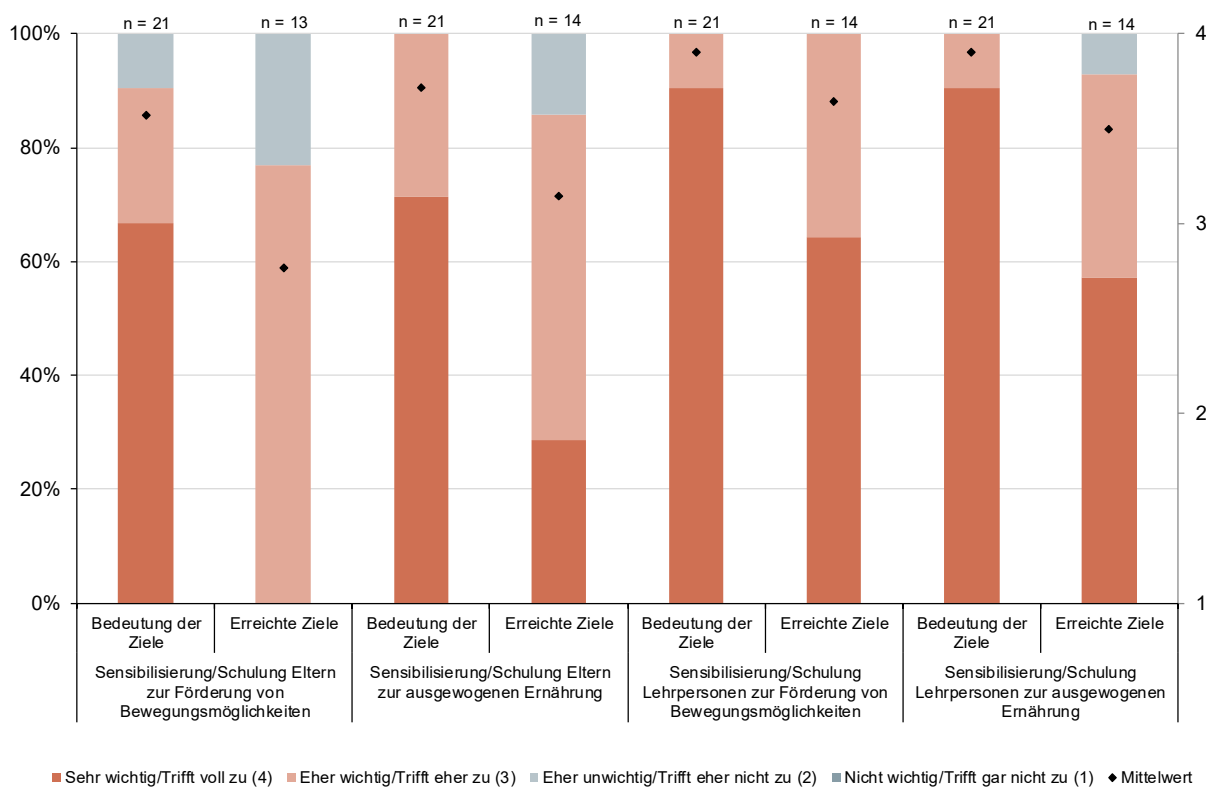
Die Längsschnittbefragung macht deutlich, dass die Mehrheit der Lehrpersonen die Ziele des Projekts als bedeutsam erachten (siehe Darstellung 3.1). Vor allem die Sensibilisierung der Lehrpersonen zur Förderung von Bewegungsmöglichkeiten und ausgewogener Ernährung im Unterricht werden von einer grossen Mehrheit (mehr als 90%) der Lehrpersonen als sehr wichtig erachtet. Ob das Projekt auch zur Sensibilisierung der Eltern beitragen soll, wird als unterschiedlich wichtig erachtet. Die Mehrheit der Lehrpersonen unterstützt auch dieses Anliegen (67 bzw. 71%)

In Darstellung D 3.1 auch dargestellt ist, inwiefern das Projekt zur Erreichung dieser Ziele beitragen kann. Dies gibt einen Hinweis darauf, inwiefern die Massnahmen des

Projekts als geeignet erachtet werden. Eine deutliche Mehrheit der befragten Lehrpersonen ist der Meinung, dass das Projekt zur Sensibilisierung der Lehrpersonen bezüglich der Förderung von Bewegungsmöglichkeiten und ausgewogener Ernährung beitragen kann (57 resp. 64%). Der Beitrag des Projekts zur Sensibilisierung der Eltern wird kritischer beurteilt. 14 respektive 21 Prozent der Lehrpersonen sind der Meinung, dass hierzu eher kein Beitrag geleistet wird. Die Mehrheit der Lehrpersonen ist der Ansicht, dass das Projekt eher einen Beitrag dazu leisten kann.

Die Interviews mit den Lehrpersonen in den beiden Schulen machen ebenfalls deutlich, dass die Themen Ernährung und Bewegung für sie bedeutend sind. Auch die Schulleitenden betonten in den Interviews die Bedeutung der Themen für die Schule.

D 3.1: Bedeutsamkeit der Zielsetzung und Beitrag des Projekts zur Zielerreichung



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Beurteilung der Weiterbildung

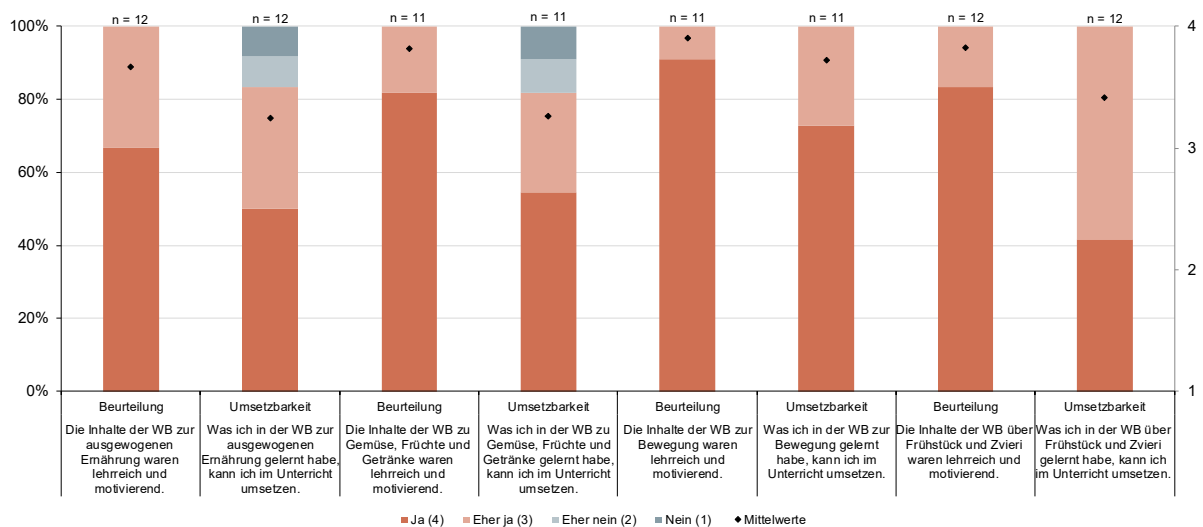
Die Ergebnisse der Längsschnittbefragung zeigen, dass die in der Weiterbildung vermittelten Lerninhalte von den Lehrpersonen sehr positiv bewertet werden. Die Inhalte werden als lehrreich und motivierend erachtet (siehe Darstellung D 3.2). Vor allem die Inhalte zum Thema Bewegung werden sehr positiv bewertet. 91 Prozent der Lehrpersonen fanden diese Inhalte lehrreich und motivierend.

Die Weiterbildungsinhalte können von der Mehrheit der Lehrpersonen auch im Schulalltag umgesetzt werden. Vor allem die Inhalte zum Thema Bewegung scheinen für alle befragten Lehrpersonen gut im Unterricht umsetzbar zu sein. Beim Thema Ernährung ist

dies nicht bei allen Lehrpersonen der Fall. Rund 16 respektive 18 Prozent der Lehrpersonen können dieses Thema im Unterricht (eher) nicht umsetzen.

Die Interviews in den beiden Schulen zeigen auf, dass die Lehrpersonen vor allem die konkreten Beispiele, und praktischen Ideen zur Umsetzung der Weiterbildungsinhalte sehr geschätzt haben.

D 3.2: Beurteilung der Weiterbildung



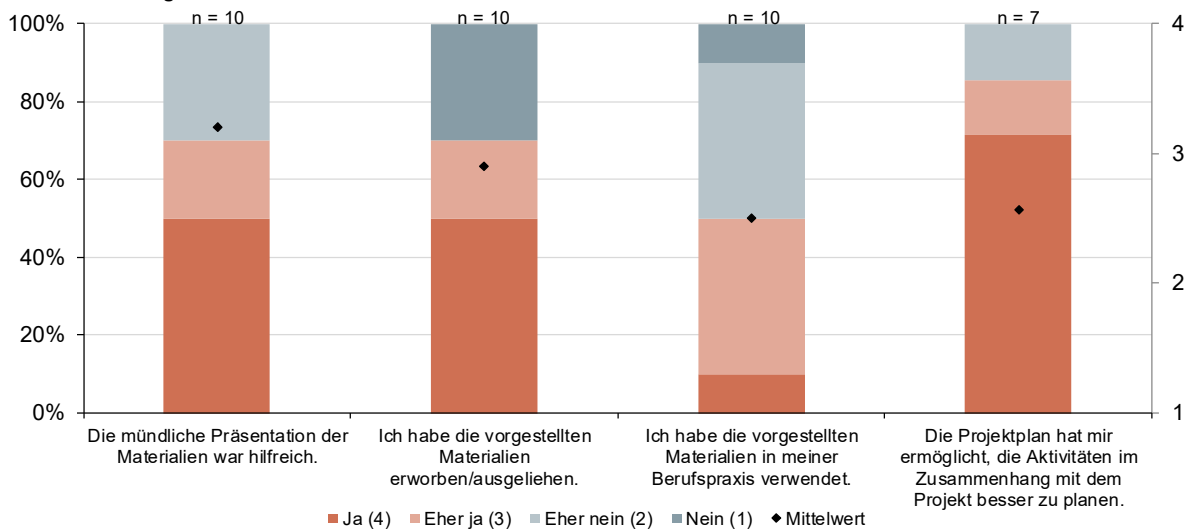
Legende: Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

I Beurteilung der Austauschtreffen

Vier der sieben Austauschtreffen (Präsentation didaktischer Materialien, Präsentation und Feedback zu Projektplan) wurden ausgewertet. Auch die Austauschtreffen werden von einer Mehrheit der befragten Lehrpersonen positiv bewertet (siehe Darstellung D 3.3). Rund 70 Prozent der Lehrpersonen haben die Präsentation der didaktischen Materialien geschätzt und sich mit Material eingedeckt. Nur die Hälfte der Lehrpersonen hat die Materialien im Unterricht jedoch auch eingesetzt. Auch der im Rahmen des Projekts entwickelte Projektplan zur Umsetzung der Themen Ernährung und Bewegung wird von einer grossen Mehrheit der Lehrpersonen (85%) als hilfreich erachtet.

D 3.3: Beurteilung der Austauschtreffen



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Auch das Gespräch mit den Lehrpersonen bestätigt, dass die Lehrpersonen die Präsentation der didaktischen Materialien sehr gut finden. Die Gespräche machen zudem deutlich, dass von den Lehrpersonen noch mehr didaktische Unterstützung und Begleitung gewünscht wäre, beispielsweise durch die Pädagogische Hochschule Tessin. Den Lehrpersonen fehlt zudem Feedback zur praktischen Umsetzung der Themen Ernährung und Bewegung im Unterricht.

Beurteilung der finanziellen Unterstützung

Die Endbefragung in den beiden Schulen zeigt auf, dass insgesamt 79 Prozent der Lehrpersonen die finanzielle Unterstützung des Projekts in Anspruch genommen haben. Die Mittel wurden hauptsächlich für die Beschaffung von Büchern zum Thema ausgewogene Ernährung (64%) und zum Thema Bewegung (57%) eingesetzt. 43 Prozent der Lehrpersonen haben die finanziellen Mittel dazu gebraucht, um Materialien zu beschaffen, die Bewegung im Unterricht ermöglichen (Jonglierbälle, Spielgeräte) und 21 Prozent haben Materialien zum Thema Ernährung gekauft (z.B. Esswaren). 36 Prozent der Lehrpersonen haben Spielmaterialien bestellt, die vom Projektteam vorgeschlagen wurden.

Dass der SPVS Aktivitäten finanziell unterstützt, wird gemäss den Interviews von den Lehrpersonen beider Schulen sehr geschätzt. Die Lehrpersonen sind jedoch der Meinung, dass das vom SPVS angebotene Budget für das Spielmaterial zu wenig hoch ist – das Spielmaterial sei sehr teuer. Die Lehrpersonen glauben, dass sie in einem anderen Geschäft Spielsachen günstiger erwerben könnten. Zudem finden die Lehrpersonen das administrative Vorgehen kompliziert und aufwändig.

Beurteilung des Newsletters

Zum Zeitpunkt der Gruppeninterviews haben die Lehrpersonen gemäss eigener Aussage noch keinen Newsletter bekommen. Zudem haben nicht alle Lehrpersonen der beiden Schulen den Newsletter abonniert. Gemäss Aussage der Projektleitung hätten die Lehrpersonen zu diesem Zeitpunkt jedoch bereits einen Newsletter erhalten sollen. Einige Lehrpersonen, die bereits in den letzten Jahren am Projekt teilgenommen haben, konnten jedoch eine Beurteilung vornehmen. Die Lehrpersonen finden die Inhalte interessant und die darin enthaltenen Rezepte werden sehr geschätzt. Der Newsletter scheint jedoch nur

bedingt wirksam zu sein, da er in der E-Mail-Flut schnell vergessen geht und oftmals nur quergelesen wird.

3.1.2 Beurteilung des Konzepts und der Leistungen im Projekt aus Sicht der Eltern

Im folgenden Abschnitt wird dargestellt, wie die Eltern die Ziele des Projekts, deren Erreichbarkeit sowie die Leistungen im Projekt beurteilen. Zu den Leistungen gehören die durchgeführten Abendveranstaltungen und der Newsletter.

I Relevanz der Themen Ernährung und Bewegung

Inwiefern die Themen ausgewogene Ernährung und Bewegung für die Eltern relevant sind, zeigt sich am Interesse der Eltern an den angebotenen Veranstaltungen im Projekt. Insgesamt haben die befragten Eltern wesentlich häufiger eine Veranstaltung zum Thema Ernährung als zum Thema Bewegung besucht. Die erste Veranstaltung zum Thema ausgewogene Ernährung wurde am häufigsten besucht (58%). In der Schule 1 liegt die Teilnahme etwas höher (62%) als in Schule 2 (50%). Die zweite Veranstaltung zum Thema Bewegung wurde nur von 23 Prozent aller befragten Eltern besucht. Hier ist die Teilnahme in der Schule 2 etwas höher (29%) als in Schule 1 (19%). Die dritte Veranstaltung zum Thema eines ausgewogenen Frühstücks und zu ausgewogenen Zwischenmahlzeiten wurde nur in der Schule 2 durchgeführt. Hier liegt die Teilnahmequote der befragten Eltern bei 43 Prozent.

Auch die Interviews mit den Eltern beider Schulen machen deutlich, dass die Eltern mehr Interesse am Thema ausgewogene Ernährung haben als am Thema Bewegung. Einige Eltern haben angegeben, dass sie zum Thema Bewegung schon genügend wissen. Daneben haben auch terminliche Gründe (Parallelveranstaltung an der Schule) dazu geführt, dass weniger Eltern an der Abendveranstaltung zum Thema Bewegung teilnehmen konnten. Alle befragten Eltern erachten die beiden Themen Ernährung und Bewegung in der Schule jedoch als sehr wichtig. Sie sind der Meinung, dass der Schule eine grosse Bedeutung bei der Sensibilisierung zu beiden Themen zukommt. Einige Eltern sind gar der Meinung, dass die Themen obligatorisch in allen Klassen besprochen werden sollten. Das Thema Bewegung wird insgesamt als etwas weniger relevant erachtet als das Thema Ernährung. Dies insbesondere deshalb, weil die Kinder in ihrer Freizeit sportlich sehr aktiv sind und die Eltern den Eindruck haben, dass ihre Kinder sich genug bewegen – sowohl inner- als auch ausserhalb der Schule.

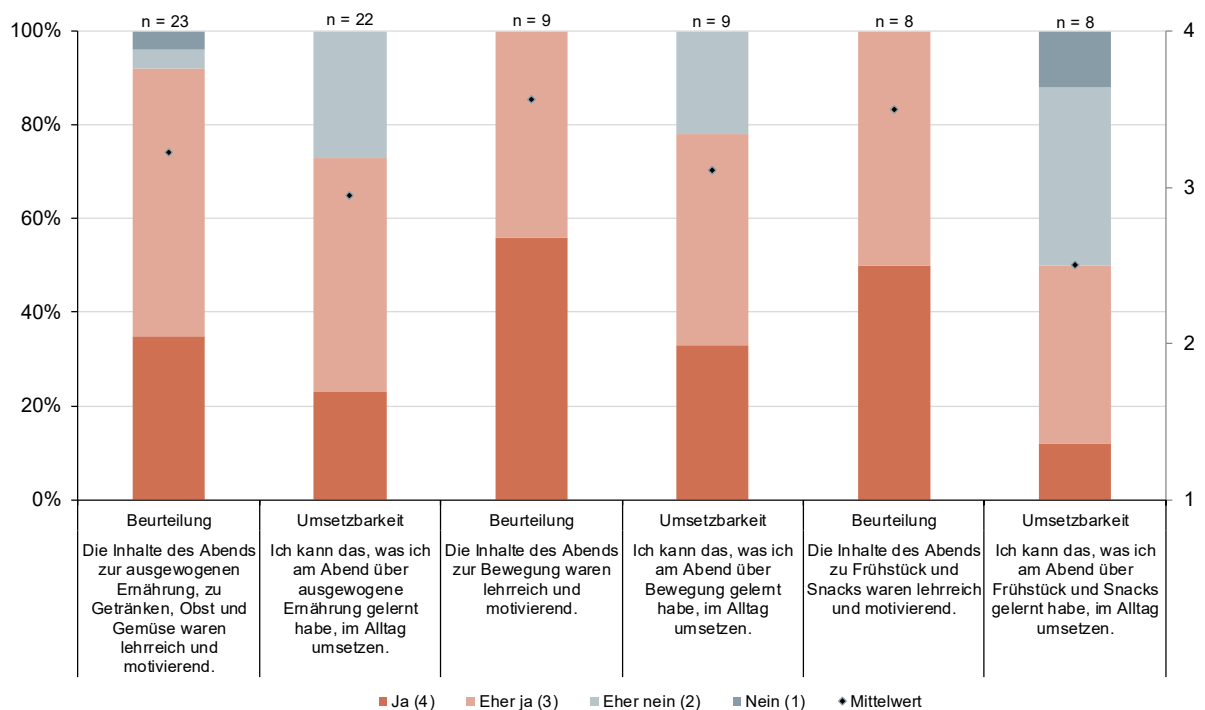
I Beurteilung der Abendveranstaltungen

Die Endbefragung der Eltern zeigt auf, wie die besuchten Abendveranstaltungen von den Eltern beurteilt werden (siehe Darstellung D 3.4).

Die Inhalte zur ersten Veranstaltung (Thema der ausgewogenen Ernährung) werden von der Mehrheit der Eltern als (eher) lehrreich und motivierend erlebt (92%). 35 Prozent der Eltern nehmen diesbezüglich gar eine sehr positive Bewertung vor. Die zweite Veranstaltung zum Thema Bewegung und die dritte Veranstaltung zu den Themen Frühstück und Zwischenmahlzeiten wird von den Eltern noch positiver bewertet. 50 respektive 56 Prozent der Eltern erachteten diese Veranstaltung als sehr lehrreich und motivierend.

Die Umsetzbarkeit der gelernten Inhalte wird von den Eltern etwas kritischer beurteilt. Rund 30 Prozent der Eltern glauben nicht, dass sie die Themen zur ausgewogenen Ernährung umsetzen können. Noch kritischer erachten die Eltern die Umsetzbarkeit der Themen Frühstück und Zwischenmahlzeiten. Rund die Hälfte aller Eltern glaubt, dass sie diese Inhalte im Alltag (eher) nicht umsetzen kann. Am besten umsetzbar sind für die Eltern die Inhalte der zweiten Veranstaltung zum Thema Bewegung. Rund 78 Prozent der Eltern glauben (eher), diese Ideen auch im Alltag realisieren zu können.

D 3.4: Beurteilung der Abendveranstaltungen



Legende: Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

Auch die Interviews mit den Eltern bestätigen, dass die Abendveranstaltungen insgesamt positiv erlebt wurden. Vor allem der praktische Teil und die Ateliers gaben den Eltern gute Ideen für die konkrete Umsetzung im Alltag. Besonders positiv beurteilt wurden von den Eltern der Schule 1 die Informationen über den Gehalt von Zucker in Süssgetränken und die Hinweise zu den Angaben auf Lebensmitteletiketten.

Die befragten Eltern waren alle der Meinung, dass möglichst viele Eltern mit dem Projekt erreicht werden sollten. Die an den Veranstaltungen teilnehmenden Eltern haben angemerkt, dass zu diesen Veranstaltungen immer die gleichen Personen erscheinen. Es sind – gemäss den Eltern – diejenigen, die bereits für die Themen sensibilisiert sind.

I Beurteilung des Newsletters

Zum Zeitpunkt der Interviews haben die Eltern den Newsletter noch nicht erhalten. Einige Eltern kannten den Newsletter jedoch, weil sie ihn über eine andere Organisation erhalten haben und konnten eine Beurteilung vornehmen. Der Newsletter wird insgesamt positiv beurteilt und die Inhalte des Newsletters, wie etwa die Rezepte, wurden sehr geschätzt.

3.2 Kurzfristige Wirkungen des Projekts

Im folgenden Abschnitt wird dargestellt, welche Wirkungen das Projekt bei Lehrpersonen, Eltern und Schülerinnen und Schüler erzielt hat. Dies umfasst jeweils die Umschreibung von Veränderungen bezüglich des Wissens über Ernährung und Bewegung, Veränderungen bezüglich Einstellungen und Motivation (Bedeutung der Themen sowie Verhaltensabsichten) sowie Veränderungen des effektiven Ernährungs- und Bewegungs-

verhaltens. Zur Beurteilung der Wirkungen wird auf das Wirkungsmodell Bezug genommen, das basierend auf der Dokumentenanalyse erarbeitet und durch die Projektleitung validiert wurde (siehe Darstellung DA 1 im Anhang). Darin sind die Wirkungen aufgeführt, die mit dem Projekt beabsichtigt sind. Die Ergebnisse zu Wirkungen bei den Eltern und Lehrpersonen basieren auf der Längsschnittbefragung sowie auf den Interviews mit den Lehrpersonen und Eltern der beiden Schulen. Die Ergebnisse zu den Schülern/-innen basieren auf den Aussagen in den Interviews mit den Schülern/-innen und auf den Einschätzungen der Eltern und Lehrpersonen, wie sie in den Interviews und den Längsschnittbefragungen vorgenommen wurden.

3.2.1 Wirkungen auf die Lehrpersonen

In diesem Abschnitt werden die Ergebnisse zu unmittelbaren Wirkungen des Projekts auf die Lehrpersonen dargestellt. Dazu gehören Veränderungen bezüglich des Wissens über Ernährung und Bewegung, veränderte Einstellungen und veränderte Verhaltensweisen sowohl im Unterricht als auch im persönlichen Kontext. Zum Schluss des Abschnitts werden basierend auf den Längsschnittstudien und bivariaten Analysen hinderliche und förderliche Faktoren erörtert, die die Wirksamkeit des Projekts beeinflussen.

I Veränderung des Wissens über Ernährung und Bewegung

Um aufzuzeigen, wie sich das Wissen der Lehrpersonen durch das Projekt verändert hat, wird im Folgenden dargelegt, welches Vorwissen die Lehrpersonen bereits mitbringen, und wie sie ihr Wissen bezüglich Bewegung und Ernährung erweitern konnten. Zudem wurde in der Längsschnittstudie überprüft, inwiefern Lehrpersonen inhaltliche Kenntnisse (Lebensmittelpyramide, Bewegungsempfehlungen) und didaktische Kenntnisse erweitern und ihre Sicherheit im Umgang mit gesundheitsförderlichen Themen vergrössern konnten.

Vorwissen

Die Längsschnittbefragung zeigt auf, dass beim Start des Projekts rund ein Drittel der befragten Lehrpersonen (33%) bereits eine Weiterbildung zum Thema Ernährung und Bewegung besucht hat. Die meisten dieser Lehrpersonen haben in einer anderen Schule schon mal an derselben Weiterbildung des Projekts teilgenommen. Der grössere Anteil der Lehrpersonen (67%) hat zu den beiden Themen noch nie eine Weiterbildung besucht. Die Interviews in den beiden Schulen zeigen jedoch auf, dass sich die meisten Lehrpersonen bereits vor der Weiterbildung im Projekt mit den Themen Ernährung und Bewegung auseinandergesetzt und dazu Bücher oder Artikel gelesen haben. Vor allem im Bereich Ernährung hatten die Lehrpersonen ein breites Wissen (z.B. über die Ernährungspyramide, die Wichtigkeit einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung). Trotz des teilweise bereits grossen Vorwissens konnten die Lehrpersonen gemäss Aussagen in den Interviews in der Weiterbildung ihr Wissen auffrischen und vertiefen sowie wertvolle Tipps für die praktische Umsetzung im Unterricht erhalten. Dies zeigen auch die folgenden quantitativen Ergebnisse:

Erweiterung der Kenntnisse bezüglich Bewegungsempfehlung

Die Kenntnisse über die Bewegungsempfehlungen haben im Verlaufe des Projekts zugenommen. Waren es bei der Einstiegsbefragung noch 29 Prozent der Lehrpersonen, die die Empfehlung, sich eine halbe Stunde pro Tag zu bewegen, kannten, sind es bei der Endbefragung rund 50 Prozent (siehe Darstellung DA 8 im Anhang). Die zweite Bewegungsempfehlung zur notwendigen Intensität von regelmässiger Bewegung ist nach Projektende gar bei 79 Prozent der Lehrpersonen bekannt. Bei Projektstart wussten dies lediglich 48 Prozent der Lehrpersonen (siehe Darstellung DA 9 im Anhang).

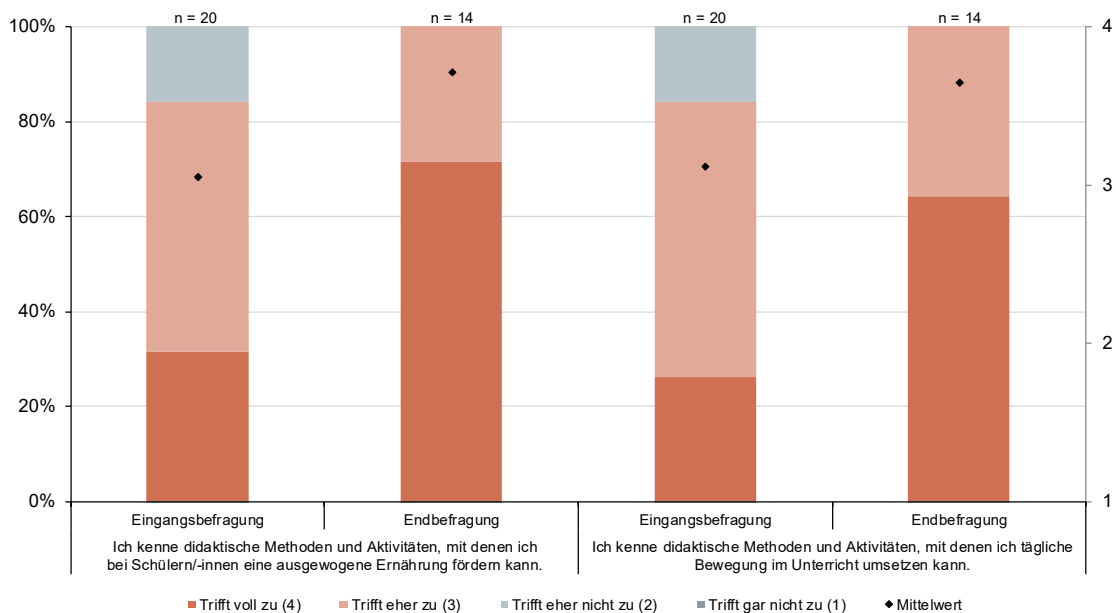
Erweiterung der Kenntnisse bezüglich Lebensmittelpyramide

Auch die Kenntnisse bezüglich der Lebensmittelpyramide haben bei den Lehrpersonen im Verlaufe des Projekts zugenommen. Waren es zu Beginn nur 38 Prozent, die die Lebensmittel der richtigen Stufe zuordnen konnten, sind es nach Abschluss insgesamt 64 Prozent. 36 Prozent aller befragten Lehrpersonen können die Lebensmittel auch nach Abschluss des Projekts nicht richtig zuordnen.

Erweiterung didaktischer Kenntnisse

Deutlich zugenommen haben die didaktischen Kenntnisse der Lehrpersonen (siehe Darstellung D 3.5). Zu Beginn des Projekts war es nur rund ein Drittel aller Lehrpersonen, die der Aussage voll und ganz zustimmen konnte, didaktische Methoden und Aktivitäten zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung und Bewegung im Unterricht zu kennen. Nach Abschluss des Projekts sind es rund zwei Drittel aller Lehrpersonen (71 resp. 64%). Nach der Durchführung der Weiterbildung gibt es keine Lehrpersonen mehr, die sich eher wenige oder keine didaktischen Kenntnisse zur Vermittlung dieser beiden Themen zuschreiben. Dass sich bezüglich der didaktischen Kenntnisse seit Projektbeginn eine Verbesserung abzeichnet, ist auch an den höheren Mittelwerten bei der Endbefragung erkennbar.

D 3.5: Erweiterung didaktischer Kenntnisse



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

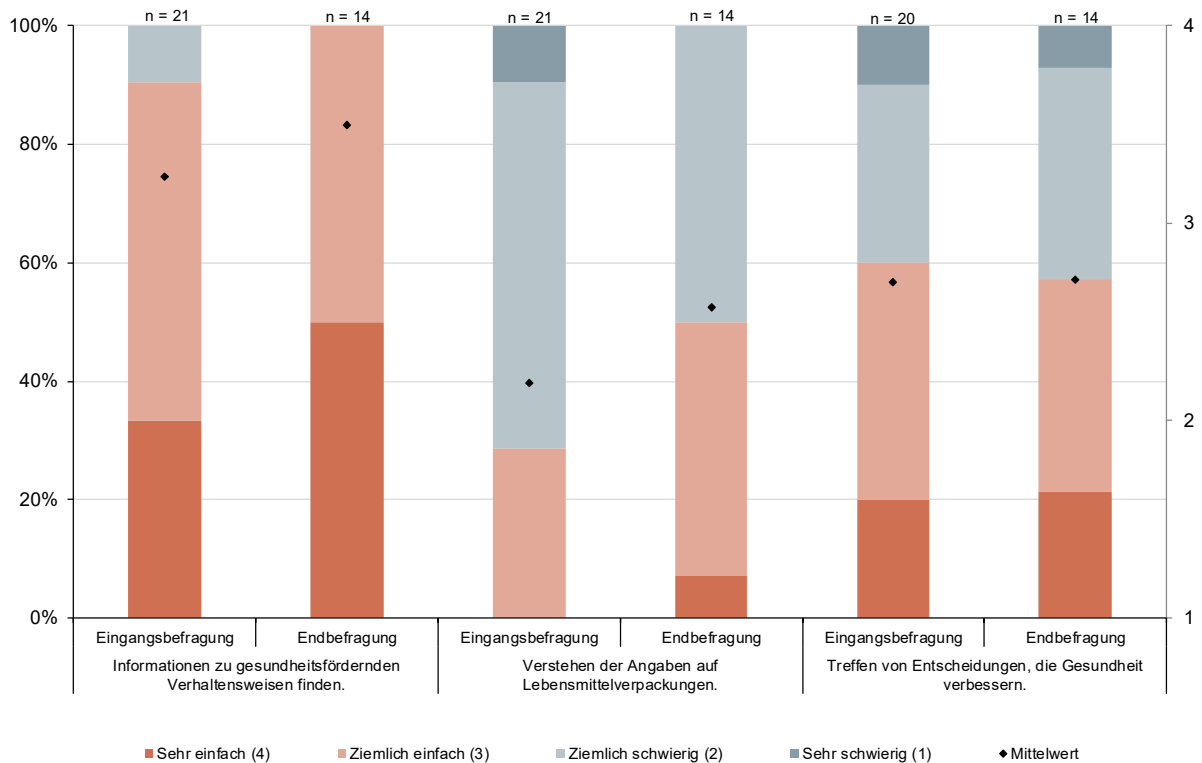
Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Sicherheit in der Umsetzung gesundheitsförderlicher Themen

Die zusätzlichen Informationen zu den Themen Ernährung und Bewegung tragen jedoch nicht unbedingt zu einer grösseren Sicherheit der Lehrpersonen im Umgang mit gesundheitsförderlichen Themen bei. Wie aus Darstellung D 3.6 hervorgeht, geben zwar bei der Endbefragung mehr Lehrpersonen als noch bei der Einstiegsbefragung an, Informationen zu gesundheitsförderlichen Themen auf einfachem Weg zu finden. Auch hat der Anteil der Lehrpersonen, die die Angaben auf den Lebensmittelpackungen verständlich finden, seit der Einstiegsbefragung zugenommen. Entscheidungen zu treffen, die die Gesundheit

fördern, fällt den Lehrpersonen aber insgesamt nicht einfacher als vorher. Das zeigt sich insbesondere anhand der gleichbleibenden Mittelwerte.

D 3.6: Sicherheit der Lehrpersonen bei der Umsetzung gesundheitsförderlicher Themen.



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Veränderung von Einstellungen gegenüber Ernährung und Bewegung

Im Folgenden wird dargelegt, inwiefern sich die Einstellungen der Lehrpersonen zu ausgewogener Ernährung und Bewegung im Unterricht und im privaten Kontext im Verlaufe des Projekts verändert hat.

Bedeutsamkeit von Ernährung und Bewegung im Unterricht

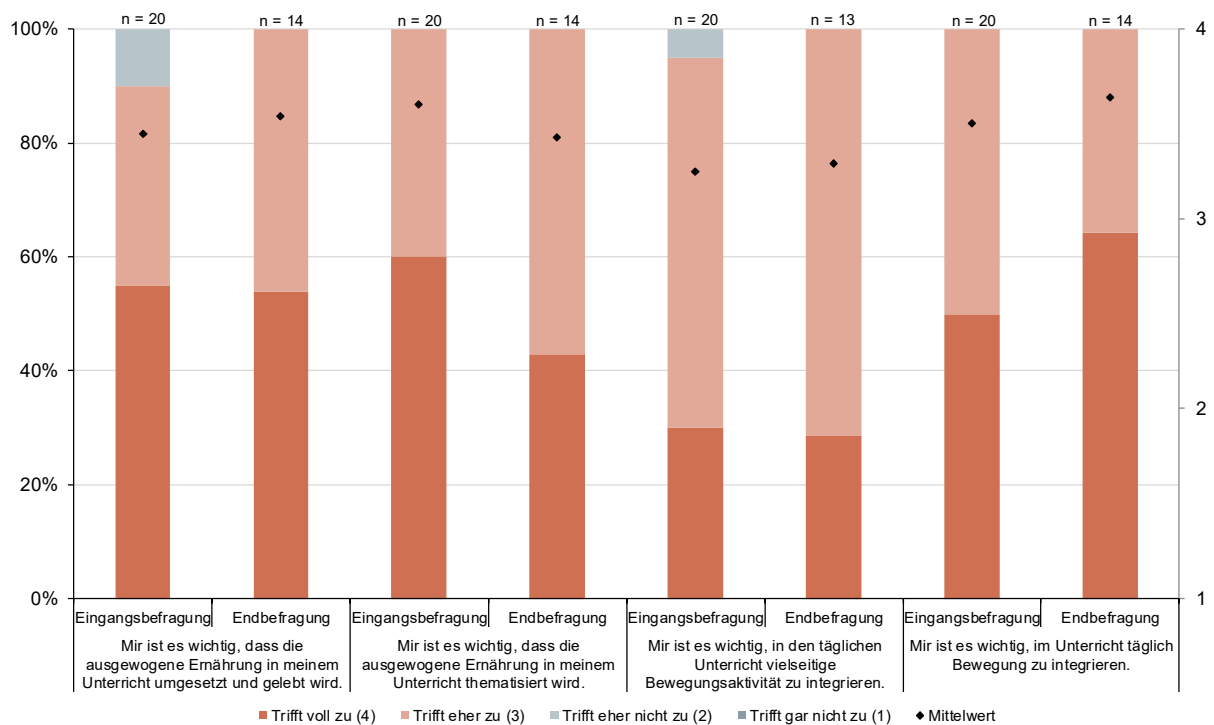
Die Längsschnittbefragung zeigt auf, dass sich die Einstellungen der Lehrpersonen nicht wesentlich verändert haben (siehe Darstellung D 3.7). Die deutlichste Veränderung zeigt sich bei der Bedeutsamkeit von Bewegung im Unterricht. Waren es vor Projektbeginn noch 50 Prozent aller Lehrpersonen, die dies als sehr wichtig erachten, sind es nach Projektabschluss 64 Prozent aller Lehrpersonen. Leicht gesunken ist im Schnitt die Bedeutung, ausgewogene Ernährung im Unterricht zu thematisieren. Die prozentuale Verteilung zeigt aber auf, dass diesbezüglich auch am Ende des Projekts ausschliesslich positive Gewichtungen vorgenommen werden.

Die Interviews mit den Lehrpersonen in den beiden Schulen machen deutlich, dass die Themen Ernährung und Bewegung für alle Lehrpersonen schon vor der Weiterbildung sehr wichtig waren. Sie finden es grundsätzlich wichtig, diese Themen im Unterricht zu integrieren. Einzelne Lehrpersonen waren vor der Weiterbildung unsicher, wie sie Bewegungsübungen im Unterricht umsetzen können. Die Weiterbildung hat ihnen Mög-

lichkeiten dazu aufgezeigt. Die erfolgreiche Umsetzung dieser Möglichkeiten im Unterricht hat dazu geführt, dass sich die Einstellung gegenüber der Umsetzbarkeit von Bewegung im Unterricht positiv verändert hat.

Die Einstellungen der Lehrpersonen gegenüber der Umsetzung des Themas der ausgewogenen Ernährung sind ambivalent. Die Interviews mit den Lehrpersonen machen deutlich, dass sie diesbezüglich teilweise verunsichert sind, weil sie nicht wissen, wie sie mit familiären Essgewohnheiten umzugehen haben und wie stark sie die Essgewohnheiten der Kinder beurteilen sollen. Es gibt unterschiedliche Ansichten dazu, wie stark man sich als Lehrperson in die Gewohnheiten der Familien «einmischen» soll.

D 3.7: Bedeutsamkeit von Ernährung und Bewegung im Unterricht



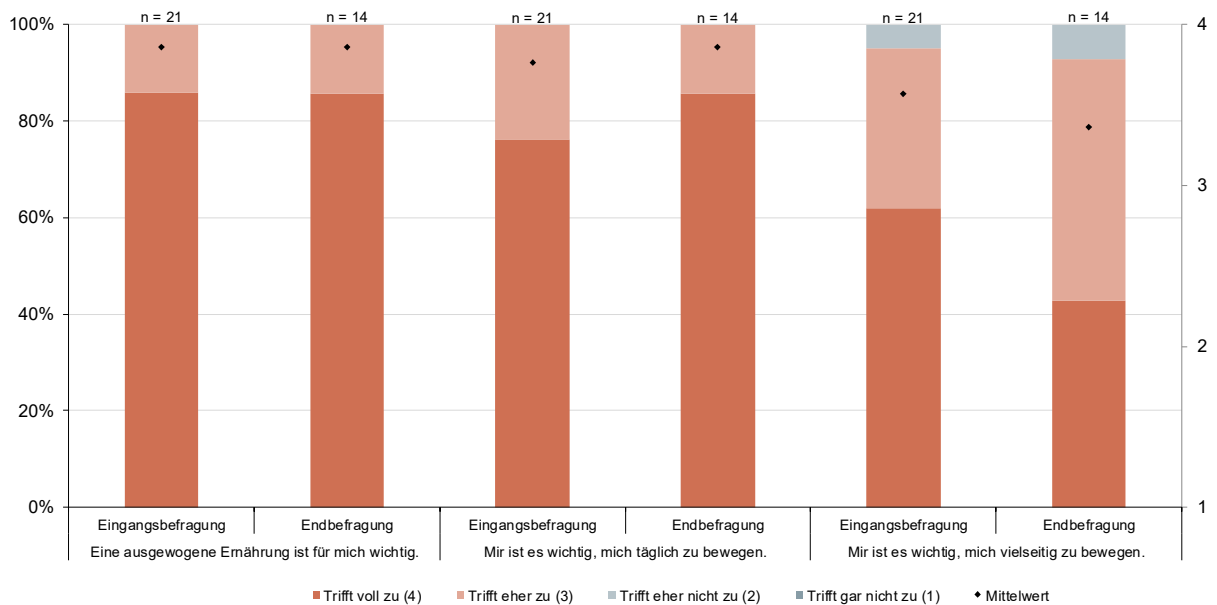
Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Bedeutung von Ernährung und Bewegung im persönlichen Kontext

Auch in Bezug zum persönlichen Kontext haben sich die Einstellungen der Lehrpersonen zu den Themen Ernährung und Bewegung kaum verändert. Die Längsschnittbefragung zeigt auf, dass eine ausgewogene Ernährung und tägliche Bewegung für die meisten Lehrpersonen (86 resp. 76%) schon zu Beginn des Projekts wichtig waren. Die Vielseitigkeit der Bewegungsaktivitäten ist den Lehrpersonen insgesamt etwas weniger wichtig (siehe Darstellung D 3.8).

D 3.8: Persönliche Bedeutung von Ernährung und Bewegung



Legende: Eingangsbefragung: N = 2, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

In der Längsschnittbefragung wurden die Lehrpersonen auch gefragt, wie wichtig ihnen verschiedene Ernährungsempfehlungen sind. Die wiederholte Befragung zeigt, dass sich diesbezüglich im Verlaufe des Projekts kaum etwas verändert hat. Am wichtigsten erachten die Lehrpersonen sowohl zu Beginn als auch nach Abschluss des Projekts, dass sie sich abwechslungsreich ernähren, dass sie Salat und Früchte essen und ausreichend Wasser trinken. Am Ende des Projekts wird lediglich dem regelmässigen Essen ein wenig mehr Bedeutung beigemessen. Mit Abstand am wenigsten wichtig erachten die Lehrpersonen das Essen von Light-Produkten. Auch der Konsum von Bio-Produkten und genügend Milchprodukten ist nicht für alle Lehrpersonen wichtig (siehe Darstellungen DA 10 und DA 11 im Anhang).

Veränderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens im Unterricht

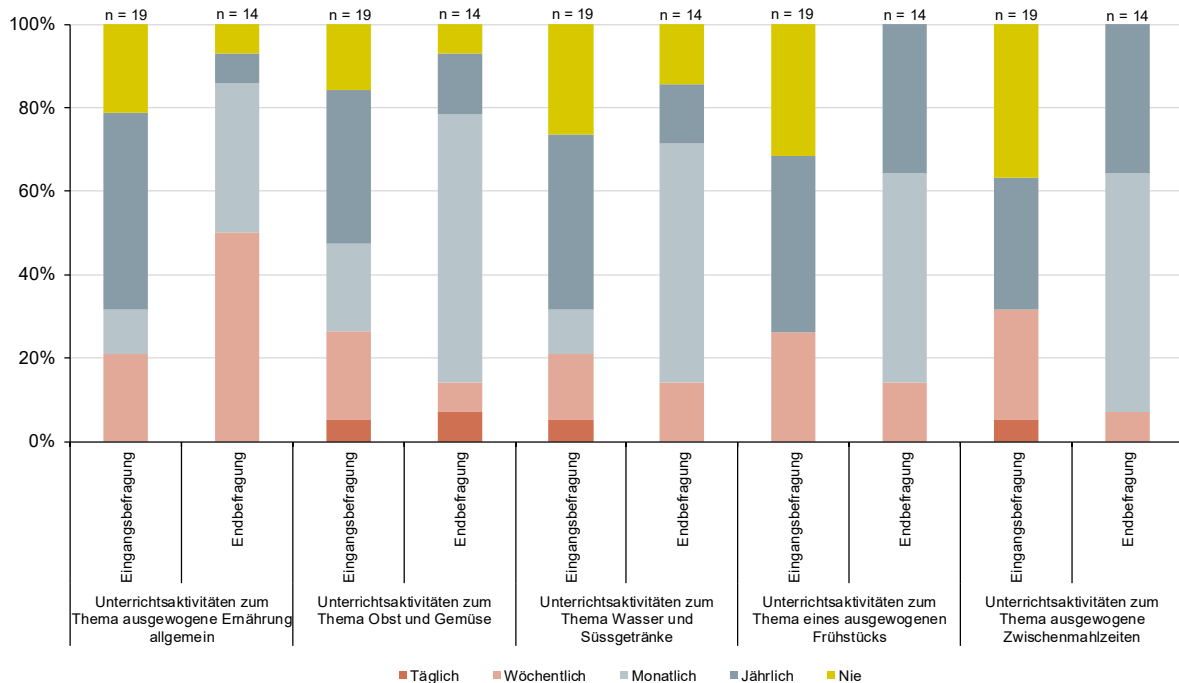
Im Folgenden Abschnitt wird dargelegt, inwiefern das Projekt das Verhalten der Lehrpersonen im Unterricht bezüglich der Themen Ernährung und Bewegung verändern konnte.

Ernährungsthemen im Unterricht

Die Längsschnittbefragung zeigt, dass die Lehrpersonen im Verlauf des Projekts häufiger verschiedene Aspekte zum Thema Ernährung im Unterricht umgesetzt haben. Alle befragten Lehrpersonen der beiden Schulen haben das Thema eines ausgewogenen Frühstücks und ausgewogener Zwischenmahlzeiten im Unterricht thematisiert. Auch bei den anderen Themen hat die Häufigkeit der Umsetzung im Unterricht zugenommen. Unterrichtsaktivitäten zum Thema ausgewogene Ernährung werden häufiger wöchentlich (50%) oder monatlich (36%), und nicht mehr nur jährlich umgesetzt. Auch Unterrichtsaktivitäten zum Thema Wasser und zum Thema Obst und Gemüse (64%) werden bei Projektende von mehr Lehrpersonen (57%) mindestens einmal pro Monat realisiert.

Gleichzeitig gibt es aber auch einzelne Lehrpersonen, die diese beiden Ernährungsthemen nicht mehr täglich oder wöchentlich thematisieren.

D 3.9: Ernährungsthemen im Unterricht



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Die Interviews mit den Lehrpersonen geben einen Einblick dazu, wie die Themen Ernährung und Bewegung im Unterricht umgesetzt werden. Die Lehrpersonen der einen Schule haben mit den Schülern/-innen Plakate über diverse Ernährungsaspekte (wie z.B. Zucker in Süssgetränken) erstellt und aufgehängt. In der anderen Schule wurde in den Klassen ebenfalls das Thema Zucker und die Ernährungspyramide behandelt. Die Schüler/-innen wurden aufgefordert, ein Foto ihres Essens zu Hause zu machen. Diese Fotos wurden dann in der Klasse diskutiert. Zudem wurden in einer Klasse die Eltern gebeten, eine Spezialität ihres Herkunftslandes mit den Kindern vorzubereiten und dann in der ganzen Klasse die Rezepte zu präsentieren.

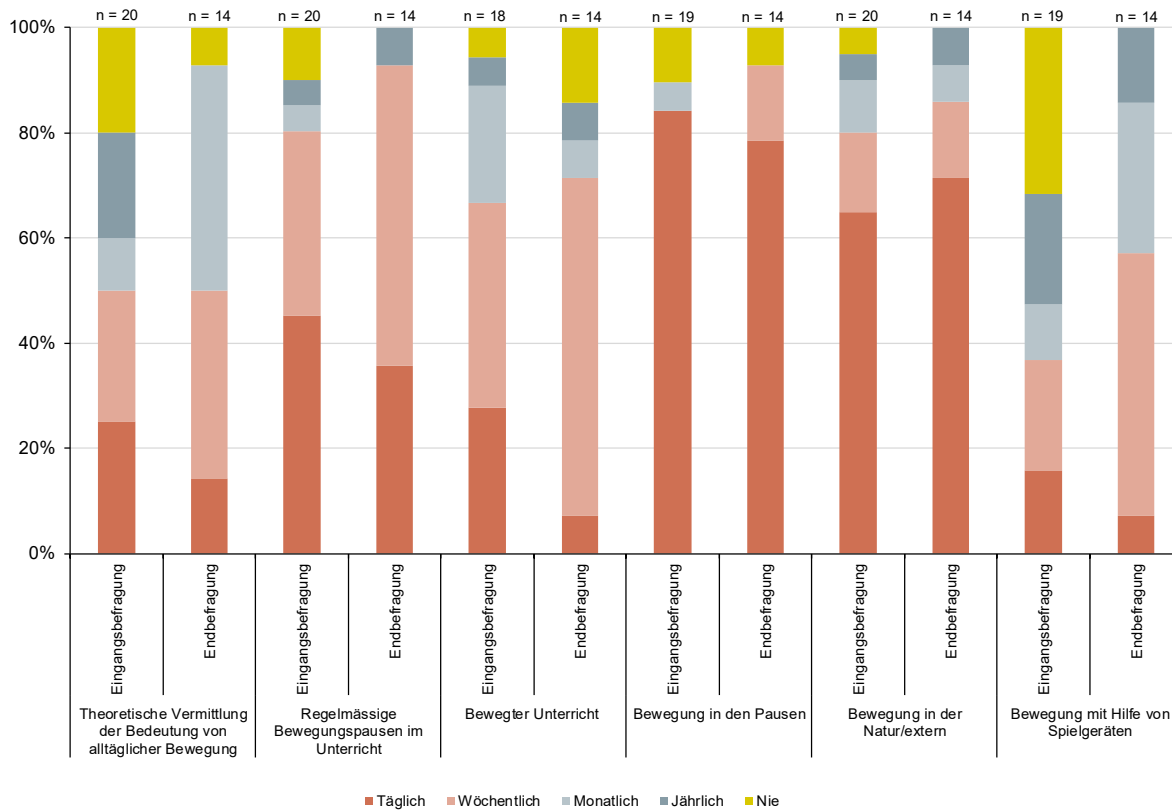
Bewegungsaktivitäten im Unterricht

Auch bezüglich der Bewegungsthemen zeigt sich, dass die Anzahl der Lehrpersonen, die Bewegung im Unterricht nie umgesetzt haben, seit Beginn des Projekts abgenommen hat.⁴ Zugenommen hat die Anzahl Lehrpersonen, die bewegten Unterricht wöchentlich umsetzen (von 39 auf 64%). Jedoch gibt es am Ende des Projekts weniger Lehrpersonen, die jeden Tag Bewegung in den Unterricht integrieren (von 24 auf 7%). Auch die Bewegung mit Spielgeräten ist am Ende des Projekts für mehr Lehrpersonen ein wöchentlicher und weniger ein täglicher Bestandteil ihres Unterrichts. Am meisten Lehrpersonen setzen diese mindestens einmal pro Woche um (57%). Erfreulich ist, dass Bewegung in

⁴ Lediglich beim Thema «Bewegter Unterricht» ist diesbezüglich eine Zunahme festzustellen (von 6 auf 14%). Diese ist jedoch auf die geringere Anzahl Angaben bei der Kategorie «Weiss nicht» zurückzuführen.

den Pausen und in der Natur hingegen von den meisten Lehrpersonen täglich ermöglicht wird (79 resp. 71%).

D 3.10: Bewegung im Unterricht



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Die Interviews mit den Lehrpersonen geben Aufschluss darüber, wie die Lehrpersonen Bewegungsaktivitäten in den Unterricht integrieren. In Klassen der einen Schule wurden Bewegungsaktivitäten in den Unterricht integriert, indem die Lehrpersonen das kleine Einmaleins mit Bewegungsübungen verknüpft hat. Zudem haben sich die Schüler/-innen zu Beginn gemeinsam im Klassenzimmer bewegt. Insbesondere Lehrpersonen jüngerer Schüler/-innen setzen Bewegungsübungen verbunden mit Lernübungen um. Die Lehrpersonen der jüngeren Schüler/-innen achten auch mehr darauf, aktive Pausen und Bewegungsaktivitäten im Unterricht einzubauen.

I Veränderungen im persönlichen Ernährungs- und Bewegungsverhalten

Im Folgenden wird erläutert, inwiefern das Projekt auch zu einem veränderten Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Lehrpersonen im persönlichen Kontext beiträgt.

Persönliches Ernährungsverhalten

Beim persönlichen Ernährungsverhalten ist eine leicht positive Veränderung festzustellen. Bei Abschluss des Projekts geben 71 Prozent der Lehrpersonen an, täglich Gemüse oder Salat zu essen (zu Beginn waren es noch 57%). Auch Früchte oder Fruchtsäfte werden am Ende des Projekts von mehr Lehrpersonen täglich konsumiert (85 anstelle 62%) (siehe Darstellung DA 12 im Anhang).

Persönliches Bewegungsverhalten

Das persönliche Bewegungsverhalten der Lehrpersonen hat sich hingegen kaum verändert. Sowohl zu Beginn als auch bei Abschluss des Projekts können rund zwei Drittel der Lehrpersonen (Einstiegsbefragung: 62%, Endbefragung: 64%) als «aktiv» bezeichnet werden. Dies bedeutet, dass sie an mindestens drei Tagen mindestens je eine Stunde so aktiv sind, dass sie ausser Atem gelangen. Der Anteil an inaktiven Lehrpersonen, also solchen, die nicht wöchentlich eine Stunde aktiv sind, hat leicht zugenommen (von 14 auf 21%) (siehe Darstellung DA 12 im Anhang).⁵

Ähnlich verhält es sich mit sportlichen Aktivitäten, die einen ins Schwitzen bringen. Sowohl zu Beginn als auch am Ende des Projekts trainierten rund ein Drittel der Lehrpersonen an mindestens drei Tagen pro Woche (Eingangsbefragung: 32%, Endbefragung: 36%). Ein weiteres Drittel trainiert mindestens einmal pro Woche (Eingangsbefragung: 32%, Endbefragung: 36%). Der Anteil der Lehrpersonen, die selten oder nie Sport betreiben, hat etwas abgenommen (von 37 auf 29%).

3.2.2 Wirkungen auf die Eltern

Im vorliegenden Abschnitt werden die Ergebnisse zu unmittelbaren Wirkungen des Projekts auf die Eltern dargestellt. Dazu gehören Veränderungen bezüglich des Wissens über Ernährung und Bewegung, veränderte Einstellungen gegenüber Ernährung und Bewegung und veränderte Verhaltensweisen im familiären Kontext.

I Veränderung des Wissens über Ernährung und Bewegung

Um aufzuzeigen, wie sich das Wissen der Eltern durch das Projekt verändert hat, wird im Folgenden aufgezeigt, welches Vorwissen die Eltern bereits mitbringen und wie sie ihr Wissen bezüglich Bewegung und Ernährung durch das Projekt erweitern konnten. Zudem wurde in der Längsschnittstudie überprüft, inwiefern die Eltern inhaltliche Kenntnisse (Lebensmittelpyramide, Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen) und methodische Kenntnisse erweitern und ihre Sicherheit im Umgang mit gesundheitsförderlichen Themen vergrössern konnten.

Vorwissen

Die Einstiegsbefragung bei den Eltern zeigt auf, dass sich die Mehrheit der befragten Eltern (70%) bereits im Vorfeld des Projekts vertieft mit den Themen Ernährung oder Bewegung auseinandergesetzt hat. Die Eltern informieren sich vor allem über das Internet, über Soziale Medien und das Fernsehen (70%) sowie über Zeitschriften und Bücher (63%). 50 Prozent der Eltern, die angeben, sich mit den Themen auseinandergesetzt zu haben, haben sich vom Kochbuch «Il piatto equilibrato» inspirieren lassen. Die Dokumentation der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung ist jedoch nur einer Minderheit dieser Eltern bekannt (15%). Auch Weiterbildungen wurden nur von einer Minderheit der Eltern (10%) besucht.⁶

⁵ Viele der befragten Lehrpersonen bekundeten Mühe, den zeitlichen Umfang der täglichen Bewegungsaktivität einzuschätzen und haben die Antwortkategorie «Weiss nicht» angekreuzt. Alle Lehrpersonen, die eine Angabe dazu machten, haben jedoch angegeben, dass sie mindestens eine Stunde pro Tag aktiv sind. Ausgehend von dieser mehrheitlichen Einschätzung muss man mindestens drei Tage aktiv sein, um die Empfehlung des Netzwerks «Gesundheit und Bewegung Schweiz (Hepa)» von 150 Minuten Bewegung pro Woche bei moderater Intensität zu erfüllen. Die Unterteilung des Bewegungsverhalten in drei Typen (Aktive, Teilaktive, Inaktive) wurde auf der Basis dieser Überlegungen vorgenommen.

⁶ Dabei handelt sich um die Weiterbildungen «Cucina naturale», «Fourchette Verte» und «Maestra di cucina e ginnastica».

Aus den Interviews mit den Eltern in den beiden Schulen geht hervor, dass einzelne Eltern auch eine Ernährungsberaterin aufgesucht haben. Zudem sind Eltern teilweise aufgrund ihrer beruflichen Tätigkeit (z.B. als Pflegefachfrau) für die Themen sensibilisiert. Eltern des Elternrats haben sich anlässlich eines selbst organisierten Infoabends zum Thema Ernährung mit dem Thema auseinandergesetzt.

Erweiterung der Kenntnisse bezüglich Bewegung

Die Längsschnittbefragung zeigt auf, dass die Kenntnisse über die Bewegungsempfehlungen im Verlaufe des Projekts zugenommen haben. Waren es bei der Einstiegsbefragung noch 48 Prozent der Eltern, die die Empfehlung, sich eine halbe Stunde pro Tag zu bewegen, kannten, sind es bei der Endbefragung rund 63 Prozent (siehe Darstellung DA 13 im Anhang). Die zweite Bewegungsempfehlung, dass man bei der Bewegung ein bisschen ausser Atem kommen muss, ist nach Projektende ebenfalls mehr Eltern bekannt (52 anstelle von 38%) (siehe Darstellung DA 14 im Anhang).

Die methodischen Kenntnisse der Eltern zum Thema Bewegung haben sich im Verlauf des Projekts hingegen kaum verändert (siehe Darstellung DA 15 im Anhang). Bereits zu Beginn des Projekts geben rund 90 Prozent der Eltern an, Methoden zu kennen, wie sie sich mit ihren Kindern vielseitig bewegen können (davon 58% eher zutreffend). Bei der Endbefragung sind es 95 Prozent der Eltern, die sich diesbezüglich (eher) gute Kenntnisse zuschreiben (davon 48% eher zutreffend).

Erweiterung der Kenntnisse bezüglich ausgewogener Ernährung

Die Kenntnisse bezüglich einer ausgewogenen Ernährung, konkretisiert anhand der Lebensmittelpyramide, haben bei den Eltern im Verlaufe des Projekts leicht zugenommen. Waren es zu Beginn nur 18 Prozent, die die Lebensmittel der richtigen Stufe zuordnen konnten, sind es nach Abschluss insgesamt 39 Prozent. Die Mehrheit der Eltern (rund 61%) kann die Lebensmittel jedoch auch nach Abschluss des Projekts nicht richtig zuordnen. Dies ist vor allem bei den Eltern in der Schule 2 der Fall (70%).

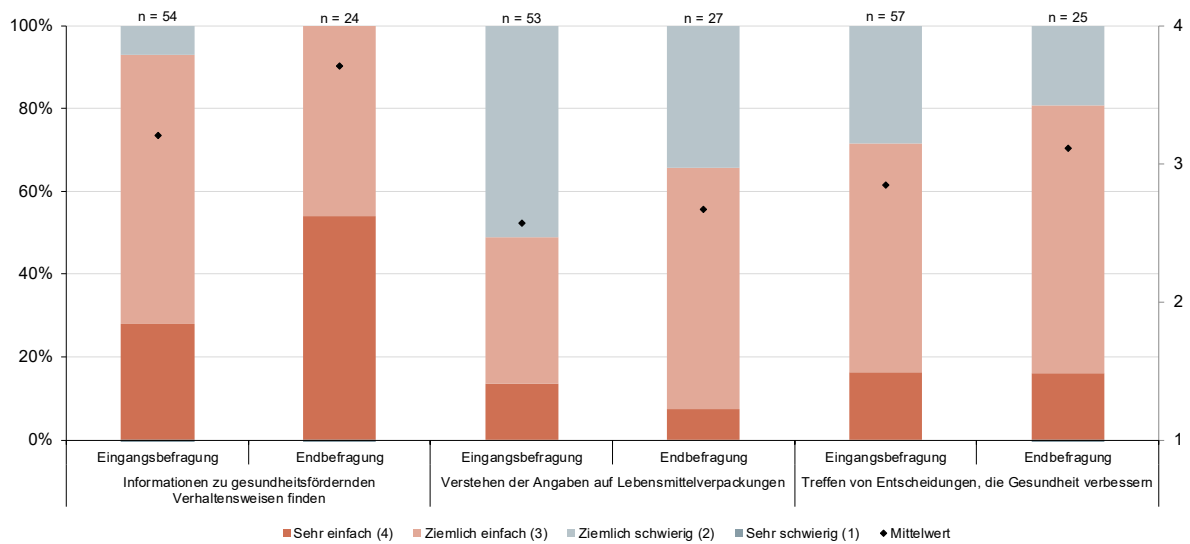
Die methodischen Kenntnisse zur Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung haben sich im Verlaufe des Projekts hingegen wenig verändert (siehe Darstellung DA 15 im Anhang). Das Wissen der Eltern, wie man ausgewogene Mahlzeiten zubereitet, ist bereits zu Beginn des Projekts sehr hoch. Rund 98 Prozent der befragten Eltern geben bereits zu Beginn des Projekts an, das Wissen dazu (eher) zu haben. Am Ende des Projekts geben alle Eltern an, das Wissen darüber zu haben. Etwas weniger verbreitet sind Kenntnisse zu Methoden, wie man Kinder für ausgewogene Ernährung motivieren kann. Zu Beginn des Projekts geben rund 85 Prozent der Eltern an, Methoden zu kennen, wie sie ihre Kinder für eine ausgewogene Ernährung motivieren können (davon 68% eher zutreffend). Bei der Endbefragung sind es 94 Prozent der Eltern, die sich diese Kenntnisse zuschreiben. Die Veränderung ist aber gering, was sich auch anhand der praktisch gleichbleibenden Mittelwerte zeigt.

Aus den Interviews mit den Eltern in den Schulen geht hervor, dass die Inhalte der Abendveranstaltungen den meisten Eltern bereits bekannt waren. Das Wissen der Eltern konnte jedoch durch die Abendveranstaltung aufgefrischt und trotz der grossen Vorkenntnisse noch erweitert werden. Neue Erkenntnisse gewonnen wurden insbesondere bezüglich des Zuckergehalts von Süssgetränken und bezüglich konkreter Beispiele für eine ausgewogene Mahlzeit. Dazu beigetragen haben insbesondere die praktischen Ateliers, in denen theoretische Inhalte konkretisiert wurden.

Sicherheit in der Umsetzung gesundheitsförderlicher Themen

Die zusätzlichen Informationen zu den Themen Ernährung und Bewegung scheinen auch zu einer grösseren Sicherheit im Umgang mit gesundheitsförderlichen Themen beizutragen. Wie aus Darstellung D 3.11 hervorgeht, zeigt die Längsschnittbefragung, dass bei der Endbefragung mehr Eltern einfacher Informationen zu gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen finden (54%) und die Anzahl der Eltern, die die Angaben auf Lebensmittelpackungen ziemlich schwierig finden, abgenommen hat (von 49 auf 33%). Auch der Anteil der Eltern, denen es schwerfällt, gesundheitsförderliche Entscheidungen zu treffen, ist bei der Endbefragung geringer (von 30 auf 19%).

D 3.11: Sicherheit der Eltern bei der Umsetzung gesundheitsförderlicher Themen



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

Veränderung von Einstellungen gegenüber Ernährung und Bewegung

Im Folgenden wird dargelegt, inwiefern sich die Einstellungen der Eltern gegenüber ausgewogener Ernährung und Bewegung im Verlaufe des Projekts verändert hat.

Bedeutung von ausgewogener Ernährung und Bewegung

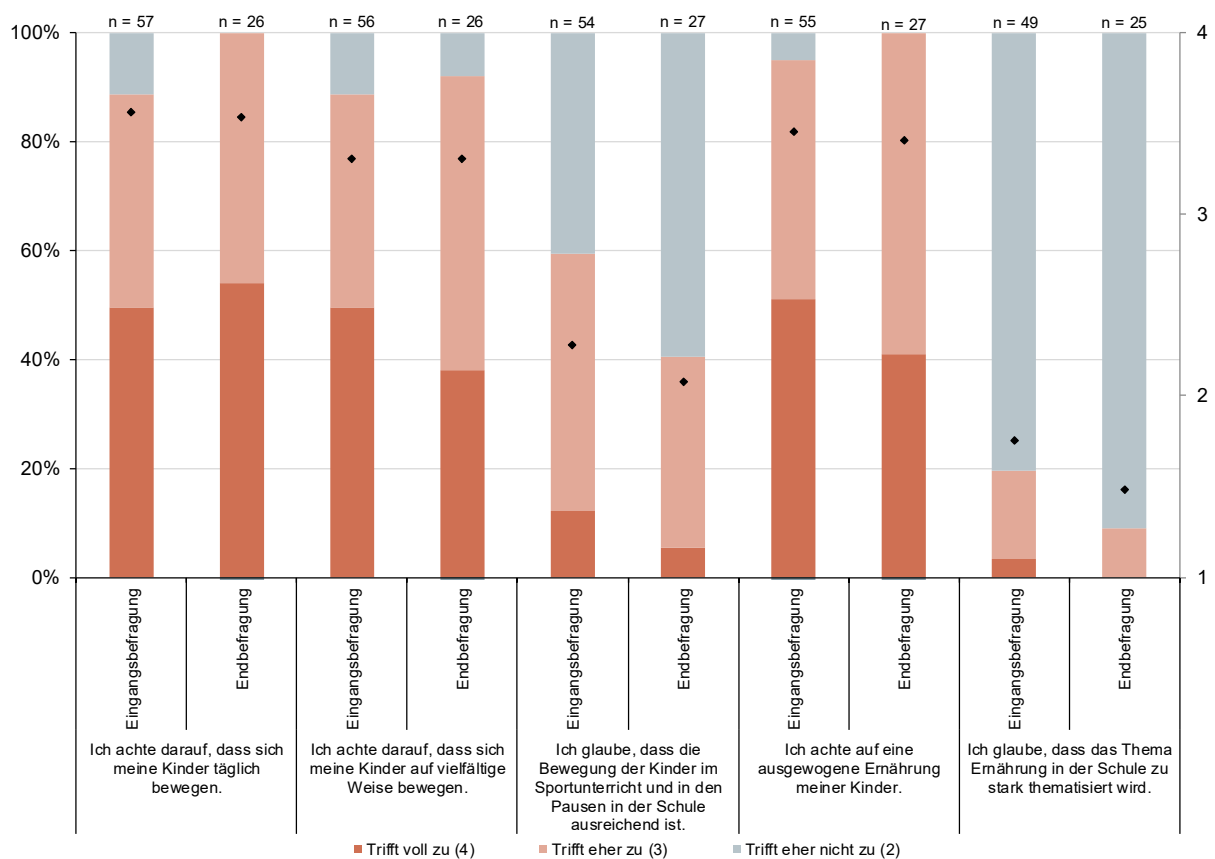
Die Einstiegsbefragung macht deutlich, dass die grosse Mehrheit der befragten Eltern bereits zu Beginn des Projekts (eher) darauf geachtet hat, dass sich ihre Kinder ausgewogen ernähren (95%) und täglich bewegen (97%) (siehe Darstellung D 3.12). Die Vielseitigkeit der Bewegung ist für die Eltern etwas weniger wichtig – rund 86 Prozent der befragten Eltern achten zu Beginn des Projekts bereits (eher) darauf. Am Ende des Projekts geben alle Eltern an, (eher) auf eine ausgewogene Ernährung zu achten. Die Bedeutung der täglichen und vielseitigen Bewegung hat sich für die Eltern aber kaum verändert. Auch bei der Endbefragung sind es rund 96 respektive 89 Prozent der Eltern, die (eher) auf eine tägliche respektive vielseitige Bewegung ihrer Kinder achten.

Die Einstiegsbefragung der Eltern macht auch deutlich, dass die Mehrheit der Eltern (rund 88%) der Meinung ist, dass dem Thema der ausgewogenen Ernährung in der Schule eine angemessene Bedeutung beikommt. 12 Prozent der Eltern finden gar, dass das Thema in der Schule zu stark thematisiert wird. Dies verändert sich kaum im Verlaufe

des Projekts. Am Ende des Projekts sind es jedoch weniger Eltern (4%), die das Thema Ernährung in der Schule als zu präsent erachten.

Ob in der Schule gut genug auf ausreichend Bewegung geachtet wird, wird hingegen unterschiedlich beurteilt. Während rund 56 Prozent der Eltern glauben, dass sich die Kinder in der Schule nicht ausreichend bewegen, sind 44 Prozent der Eltern eher der gegenteiligen Ansicht. Bei der Endbefragung sind es gar 70 Prozent der Eltern, die glauben, ihre Kinder würden sich in der Schule zu wenig bewegen. Dies deutet darauf hin, dass das Thema bei den Eltern an Bedeutung gewonnen hat. Der Anstieg der kritischen Eltern ist dabei insbesondere in der Schule 1 hoch.

D 3.12: Bedeutung von Ernährung und Bewegung für die Eltern



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

Auch aus den Interviews mit den Eltern in den beiden Schulen geht hervor, dass allen Eltern eine ausgewogene Ernährung bereits vor dem Projekt wichtig war. Gemäss Aussagen der Eltern haben die Abendveranstaltungen jedoch dazu geführt, dass sie noch stärker auf variantenreiche Mahlzeiten und auf die Art und Weise der Präsentation der Mahlzeiten achten. Die Weiterbildung hat nach Aussage der Eltern auch dazu beigetragen, ihre Motivation für eine ausgewogene Ernährung zu stärken.

Auch tägliche und vielfältige Bewegung der Kinder ist den befragten Eltern wichtig. Die Eltern der Schule 1 sind jedoch der Ansicht, dass sich ihre Kinder in ihrer Freizeit genü-

gend bewegen. Die Weiterbildung hat ihre Einstellung diesbezüglich deshalb kaum verändert. In der Schule 2 haben sich hingegen einige Eltern nach der Weiterbildung entschieden, zusammen mit den Kindern vermehrt zu Fuss zur Schule zu gehen. Ihre Motivation, sich mit ihren Kindern zu bewegen, ist also durch die Weiterbildung gestiegen.

Bedeutung von Ernährungsempfehlungen

In der Längsschnittbefragung wurden die Eltern auch gefragt, wie wichtig ihnen verschiedene Ernährungsempfehlungen sind. Alle Ernährungsempfehlungen werden bei der Einstiegsbefragung von der Mehrheit der Eltern als wichtig erachtet. Die wiederholte Befragung zeigt, dass sich diesbezüglich bei den Eltern im Verlaufe des Projekts – wie bei den Lehrpersonen – kaum etwas verändert hat. Am wichtigsten erachten die Eltern sowohl am Anfang als auch am Schluss, dass sie sich abwechslungsreich ernähren, dass sie Salat und Früchte essen und ausreichend Wasser trinken (siehe Darstellung DA 16 im Anhang).

I Veränderung des Ernährungsverhaltens in der Familie

Im folgenden Abschnitt wird dargelegt, inwiefern das Projekt das familiäre Ernährungsverhalten beeinflusst.

Ernährungsverhalten der Eltern

Das Ernährungsverhalten hat sich in den Familien gemäss den Ergebnissen der Längsschnittbefragung kaum verändert (siehe Darstellung DA 17 im Anhang). Die grosse Mehrheit der befragten Eltern achtet bereits zu Beginn des Projekts auf bestimmte Dinge in der Ernährung (rund 90%) und ein Grossteil der Eltern (rund 70%) achtet auch darauf, ihr Gewicht zu halten. Etwas zugenommen hat der Anteil der Eltern, die sich vermehrt an eine ausgewogene Ernährung halten (von 84 auf 97%) und langfristige Ziele in Bezug auf ihre Gesundheit verfolgen (von 76 auf 85%). Die deutlichste positive Entwicklung zeigt sich daran, dass weniger Eltern Mühe bekunden, verlockendem Essen (eher) widerstehen zu können (Abnahme von 69 auf 48%). Die Mittelwerte zeigen jedoch, dass der Effekt insgesamt sehr klein ist ($M_{\text{Vorher}} = 2.5$ anstelle von $M_{\text{Nachher}} = 2.16$).

Konsum von Nahrungsmitteln

Auch der Konsum verschiedener Nahrungsmittel hat sich in den Familien nicht wesentlich verändert (siehe Darstellung DA 18 im Anhang). Täglich konsumiert werden Milchprodukte (rund 61 resp. 74%) und Brot (rund 41 resp. 56%). Fleisch (rund 88 resp. 85%) und Fisch (rund 83 resp. 85%) werden zu beiden Befragungszeitpunkten von der Mehrheit der Eltern wöchentlich konsumiert. Eher selten konsumiert werden Snacks, Fertiggerichte, Fast Food und gezuckerte Getränke. Energydrinks konsumiert nur eine Minderheit der befragten Eltern (5 resp. 4% wöchentlich).

Eine leicht positive Veränderung ist hinsichtlich des Konsums von Milchprodukten und Brot festzustellen. Diese Produkte werden nach Projektende häufiger konsumiert. Eine positive Entwicklung zeigt sich auch beim Konsum von Süsseem. Bei der Endbefragung gibt niemand mehr an, täglich Süsses zu essen. Dafür geben deutlich mehr Eltern an, Süsses nur noch wöchentlich zu essen (Anstieg von 56 auf 89%). Etwas verschlechtert hat sich der Konsum von Fertiggerichten wie beispielsweise Pizza. Waren es bei der Einstiegsbefragung nur 20 Prozent der Eltern, die wöchentlich Fertiggerichte essen, sind es bei der Endbefragung rund 37 Prozent. Die Gründe für diese Zunahme können mit der vorliegenden Evaluation nicht beantwortet werden.

Aus der Längsschnittbefragung geht zudem hervor, dass im Schnitt sowohl zu Beginn als auch am Ende des Projekts zwei Portionen Gemüse pro Tag gegessen und 1,5 Liter

Wasser getrunken werden. Am deutlichsten verbessert hat sich gemäss Endbefragung die Konsumation von Früchten. Zu Beginn waren es durchschnittlich 1.8 Portionen. Am Ende des Projekts sind es 2.6 Portionen.

Die Interviews mit Eltern der beiden Schulen bestätigen die Resultate der Befragungen. Die Eltern haben bereits vor dem Projekt massvoll Süssigkeiten und Süssgetränke konsumiert. Alle interviewten Eltern erlauben den Kindern Süssgetränke nur an speziellen Anlässen (wie Geburtstag oder Abendessen im Restaurant mit der ganzen Familie). Einige Eltern haben nach dem Besuch der Abendveranstaltungen darauf verzichtet, Fruchtsäfte zu kaufen, die viel Zucker enthalten. Dies war ihnen vor der Veranstaltung nicht bewusst. Zudem achten die Eltern seit den Abendveranstaltungen verstärkt auf ausgewogene Zwischenmahlzeiten mit Gemüse oder Früchten. Dazu trägt aber auch das schulische Verbot bei, süsse Snacks für die Pause mitzubringen. Dieses Verbot wird gemäss Aussage der Eltern aber nicht von allen Eltern eingehalten, was dazu führt, dass die Kinder mit süssen Zwischenmahlzeiten ihr Essen mit anderen Kindern tauschen. Die Eltern nehmen dies als grosse Problematik wahr. Um diese zu lösen, schlugen die Eltern vor, dass die Schule einen Pausenkiosk organisiert, damit alle Schüler/-innen die gleichen und vor allem ausgewogenen Zwischenmahlzeiten bekommen.

Esskultur in den Familien

Die Esskultur hat sich in den Familien gemäss den Befragungsdaten ebenfalls kaum verändert (siehe Darstellung DA 19 im Anhang). Sowohl bei der Eingangs- als auch bei der Endbefragung gibt rund die Hälfte der Eltern an, dass sie täglich mit der Familie frühstückt. Zwischenverpflegungen und Mittagessen werden sehr unterschiedlich gehandhabt. Das Mittagessen nehmen gemäss Eingangsbefragung rund 35 Prozent der Familien täglich zusammen ein. Bei der Endbefragung ist dieser Anteil nur leicht höher (bei rund 42%). Das wichtigste gemeinsame Essen am Tag ist für die Familien sowohl vor als auch nach dem Projektende das Abendessen. Der Anteil stieg im Projektverlauf von 78 Prozent auf 92 Prozent.

Aus den Interviews mit den Eltern in den Schulen geht hervor, dass manche Eltern seit der Abendveranstaltung ihre Kinder vermehrt beim Kochen mithelfen lassen und die Kinder auch vermehrt Rezepte für das Abendessen auswählen dürfen. Die grösste Schwierigkeit besteht gemäss den Eltern jedoch darin, das in den Abendveranstaltungen Gelernte praktisch zu Hause umzusetzen. Die Eltern finden es schwierig, die Kinder zu motivieren, sich gesünder zu ernähren. Sie möchten die Kinder nicht zwingen, etwas zu essen, was sie nicht mögen. Auch haben die Eltern nicht immer gleich viel Zeit zu kochen und eine ausgewogene Ernährung umzusetzen. Hier wären gemäss Eltern konkrete Hilfsmittel, wie beispielsweise ein Menü-Wochenplan mit Beispielen, von Nutzen.

I Veränderung des Bewegungsverhaltens in der Familie

Das persönliche Bewegungsverhalten der Eltern hat sich im Verlauf der Befragung positiv verändert. Bei Abschluss der Befragung können rund 70 Prozent der Eltern als «aktiv» bezeichnet werden, das heisst, sie sind an mindestens drei Tagen pro Woche mindestens je eine Stunde so aktiv, dass sie ausser Atem gelangen. Zu Beginn der Befragung waren dies noch 50 Prozent.⁷

Rund 67 Prozent der Eltern sind bereits bei der Eingangsbefragung so aktiv, dass sie wöchentlich mindestens einer Aktivität nachgehen, die sie ins Schwitzen bringt. Bei der

⁷ Die Unterteilung in aktive, teilaktive und inaktive Eltern wurde wie bei den Lehrpersonen vorgenommen (siehe dazu Ausführungen in Abschnitt 3.2.1).

Endbefragung sind es 77 Prozent. 60 Prozent treiben gemäss Eingangsbefragung wöchentlich mindestens einmal Sport. Bei der Endbefragung sind es 73 Prozent.

Die Mehrheit der Eltern (59%) ist bei der Eingangsbefragung hingegen selten oder nie zu Fuss unterwegs, um zur Arbeit zu gehen oder um einzukaufen. Bei der Endbefragung sind es 50 Prozent aller Eltern.

Mit dem Fahrrad unterwegs sind noch weniger Eltern. In der Eingangsbefragung geben rund 90 Prozent der Eltern an, nie oder selten das Fahrrad zu benutzen, um zur Arbeit zu gehen oder einzukaufen. Bei der Endbefragung sind es gar 92 Prozent der Eltern, die angeben, selten oder nie mit dem Fahrrad unterwegs zu sein.

3.2.3 Wirkungen auf die Schüler/-innen

In diesem Abschnitt werden Ergebnisse zu unmittelbaren Wirkungen des Projekts auf die Schüler/-innen respektive Kinder dargestellt, deren Lehrpersonen und Eltern am Projekt teilgenommen haben. Die Ergebnisse beruhen hauptsächlich auf den beiden Interviews mit den Schülern/-innen, die in den beiden Schulen durchgeführt wurden und somit auf Selbsteinschätzungen. Ergänzt wird diese Sicht mit Aussagen von Eltern und Lehrpersonen und deren Beobachtungen. Zudem nahmen die Lehrpersonen in der Längsschnittbefragung eine Einschätzung vor bezüglich ihrer Möglichkeiten, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten ihrer Schüler/-innen zu beeinflussen.

I Veränderung des Wissens über Ernährung und Bewegung

Die Interviews mit den Schülern/-innen machen deutlich, dass die Schüler/-innen ihr Wissen über ausgewogene Ernährung in der Schule erweitern konnten. Gemeinsam konnten alle interviewten Schüler/-innen aller Altersklassen problemlos die Esswaren den verschiedenen Ebenen der Ernährungspyramide zuordnen. Die Schüler/-innen kennen den Zuckergehalt von Süssgetränken, wissen, wie viele Mahlzeiten sie pro Tag zu sich nehmen sollten und kennen die Daumenregel «fünf Portionen Obst und/oder Gemüse pro Tag». Erwartungsgemäss hat sich gezeigt, dass die älteren Schüler/-innen insgesamt über ein breiteres Wissen zum Thema ausgewogene Ernährung verfügen.

Bezüglich des Themas Bewegung konnten die interviewten Schüler/-innen beider Schulen jedoch kaum Aussagen machen. Dies, obwohl die Längsschnittbefragung der Lehrpersonen aufzeigt, dass die Lehrpersonen im Verlauf des Projekts häufiger verschiedene Aspekte zum Thema Ernährung im Unterricht umgesetzt haben.

I Veränderung von Einstellungen gegenüber Ernährung und Bewegung

Inwiefern das Projekt die Einstellungen der Schüler/-innen beeinflusst, ist basierend auf der Selbsteinschätzung der Schüler/-innen schwierig zu beurteilen. Aus den Interviews mit den Schülern/-innen geht jedoch hervor, dass eine ausgewogene Ernährung für sie aufgrund des Projekts wichtiger geworden ist. Die befragten Schüler/-innen achten bewusster darauf, wieviel Mahlzeiten sie zu sich nehmen und was sie essen.

Auch Bewegung ist für die befragten Schüler/-innen wichtig. Alle befragten Schüler/-innen bewegten sich jedoch schon vor dem Projekt gerne.

I Veränderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens

Gemäss Aussagen der Schüler/-innen hat sich das Essverhalten gewisser Schüler/-innen durchaus verändert. Seit der Teilnahme am Projekt achten einige von ihnen mehr darauf, fünf Mahlzeiten pro Tag zu sich zu nehmen. Vorher tendierten die Kinder noch mehr dazu, zwischendurch zu essen oder das Frühstück auszulassen. In der Schule 1 achten die Schüler/-innen vermehrt auch auf die Lebensmitteletiketten und tauschen sich mit

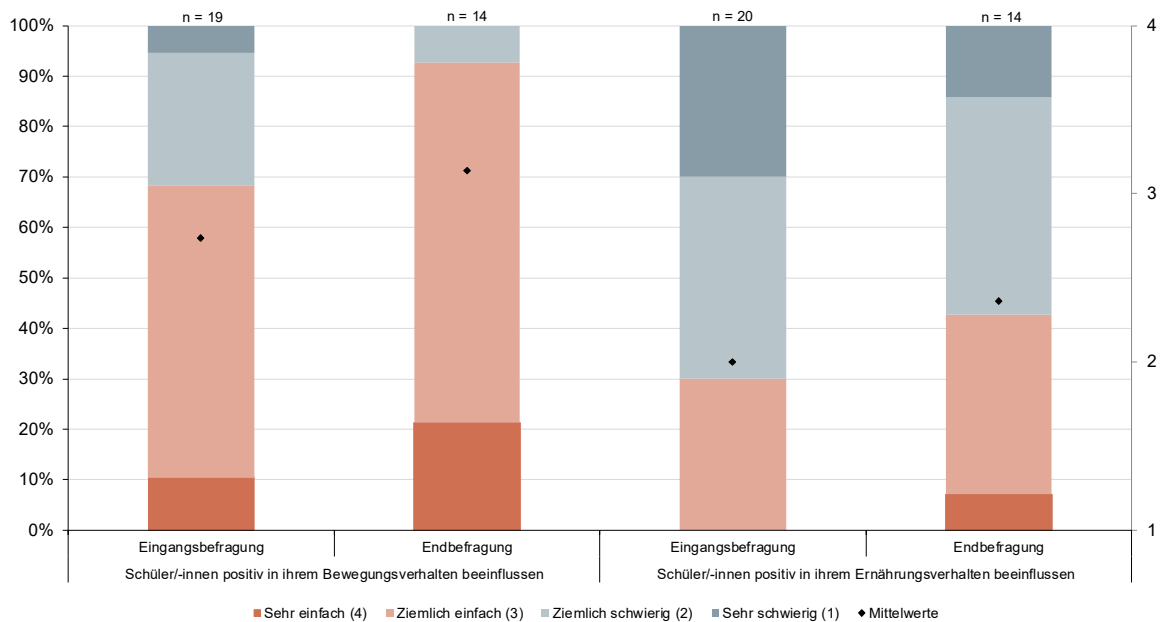
ihren Eltern zum Thema Ernährung aus. Die Schüler/-innen der Schule 2 achten stärker darauf, ausreichend Früchte und Gemüse zu essen. Die *Lehrpersonen* der Schule 1 beobachten, dass Schüler/-innen vermehrt eine Wasserflasche mit in den Unterricht nehmen. In der Schule 2 stellten die Lehrpersonen fest, dass die Kinder in der Mensa vermehrt auch neue Esswaren ausprobieren. Aus Sicht der *Eltern* hat sich das Ernährungsverhalten ihrer Kinder jedoch nicht grundlegend verändert. Die Eltern und die Lehrpersonen sind sich einig darin, dass es eine grosse Herausforderung ist, eine langfristige Veränderung des Ernährungsverhaltens der Kinder zu erreichen.

Das Bewegungsverhalten in der Freizeit hat sich gemäss der Mehrheit der befragten Schüler/-innen durch das Projekt nicht verändert. Sie bewegten sich in der Freizeit bereits vor dem Projekt viel. Diese Einschätzung wird von den Eltern geteilt. Die Lehrpersonen sind der Meinung, dass sich vor allem die jüngeren Schüler/-innen öfters bewegen als die älteren.

Das Bewegungsverhalten in der Schule hat sich gemäss Einschätzung der Schüler/-innen der Schule 1 jedoch verändert. Sie finden, dass sie sich seit dem Projekt mehr im Unterricht bewegen, was sie sehr schätzen. Diese Einschätzung teilen die Schüler/-innen der Schule 2 nicht. Sie sind der Ansicht, dass sie sich nicht mehr im Unterricht bewegen als vorher, würden sich dies aber wünschen.

Inwiefern die Lehrpersonen der Meinung sind, dass sie das Ernährungs- und Bewegungsverhalten ihrer Schüler/-innen beeinflussen können, zeigt sich in Darstellung D 3.13, in der die Ergebnisse der Längsschnittbefragung dargestellt sind. Die Ergebnisse zeigen, dass die Lehrpersonen ihren Einfluss bezüglich beider Themen am Ende des Projekts deutlich grösser einschätzen. Neu erachten es 92 Prozent der Lehrpersonen als ziemlich oder sehr einfach, die Schüler/-innen in ihrem Bewegungsverhalten positiv zu beeinflussen. Der Einfluss auf das Ernährungsverhalten wird jedoch nach wie vor eher kritisch eingeschätzt. 57 Prozent der Lehrpersonen erachten dies als ziemlich oder sehr schwierig.

D 3.13: Einfluss auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Schüler/-innen



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

3.2.4 Faktoren, die Wirkungen begünstigen oder behindern

Im Folgenden werden basierend auf Ergebnissen der Elternbefragung und auf bivariaten Zusammenhangsanalysen der Daten der Lehrpersonen und Elternbefragung jene Faktoren erläutert, die positive Wirkungen des Projekts verstärken oder verringern können. Erläutert werden nur jene Faktoren, die sich aufgrund der Analysen als signifikant erwiesen haben.

Persönliche Merkmale

In der Längsschnittbefragung der *Eltern* wurde nach den Gründen gefragt, warum sich Eltern nicht ausgewogen ernähren. Sowohl bei der Eingangsbefragung als auch der Endbefragung zeigt sich, dass die Liebe zum guten Essen sowie die Alltagsgewohnheiten die wichtigsten Hinderungsgründe für eine ausgewogene Ernährung darstellen (siehe Darstellungen DA 20 und DA 21 im Anhang).⁸ Aus den Interviews mit den Eltern der beiden Schulen geht zudem hervor, dass oft die fehlende Zeit der Grund dafür ist, warum sich Eltern nicht ausgewogen ernähren. Die bivariaten Analysen zeigen zudem, dass das *Alter der Eltern* eine Rolle spielt: Je älter die Eltern sind, desto eher kaufen sie frische Lebensmittel statt Fertigprodukte ($r = 0.448, p = 0.022$). Ebenfalls eine Rolle spielt das *Bildungsniveau der Eltern*: Je höher das Bildungsniveau der Eltern, desto stärker sind

⁸ Bezüglich der Faktoren, die einer ausgewogenen Ernährung abträglich sind, gibt es einen signifikanten Unterschied zwischen den Eltern, die wiederholt an der Längsschnittbefragung teilgenommen haben und jenen, die nur bei der Endbefragung mitgemacht haben. Für die Eltern der wiederholten Befragung wird der fehlende Wille im Schnitt als signifikant weniger wichtiger Erklärungsfaktor erachtet ($M = 2.38$ vs. $M = 3.06, p = 0.043$). Der leicht erhöhte Mittelwert bezüglich dieser Aussage in der Endbefragung ist also weniger auf das Projekt, als vielmehr auf jene Eltern zurückzuführen, die nur bei der Endbefragung teilgenommen haben.

die Eltern motiviert, sich ausgewogen zu ernähren ($r = 0.559$, $p = 0.004$). Keinen Einfluss hat hingegen das Geschlecht der Eltern.⁹

Bei den *Lehrpersonen* spielen sowohl das *Alter*, das *Dienstalter* als auch das *Geschlecht* eine signifikante Rolle. Je älter die Lehrpersonen sind, desto eher achten sie auf eine ausgewogene Ernährung ($r = 0.576$, $p = 0.05$) und auf ausreichend Bewegung ($r = 0.619$, $p = 0.024$). Einen positiven Zusammenhang gibt es zudem zwischen dem Dienstalter und dem Verständnis der Angaben auf Lebensmittelpackungen ($r = 0.564$, $p = 0.036$). Das Geschlecht steht in einem signifikanten Zusammenhang zur Einschätzung der Einflussmöglichkeiten auf die Schüler/-innen und bezüglich neuer Erkenntnisse zu didaktischen Ideen zum Thema Ernährung. Männer schätzen ihren Einfluss auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten ihrer Schüler/-innen grösser ein als Frauen ($M_{\text{Männer}} = 3.33$, $M_{\text{Frauen}} = 2.09$, $p = 0.016$). Frauen geben häufiger an, durch das Projekt didaktisch Ideen zum Thema Ernährung gewonnen zu haben ($M_{\text{Männer}} = 3.0$, $M_{\text{Frauen}} = 3.8$, $p = 0.006$)

Zugehörigkeit zur Schule und zur Schulstufe

Die Zugehörigkeit zur Schule hat bei den Eltern keinen Einfluss auf die Wirkungen des Projekts. Dies, obwohl in der Schule 1 die letzte Veranstaltung für die Eltern nicht durchgeführt wurde. Allerdings haben Eltern der Schule 1 bedeutend öfter angegeben, dass das Einkaufen und die Vorbereitung für eine ausgewogene Ernährung zu viel Zeit beansprucht ($M_{\text{Schule 1}} = 2.5$, $M_{\text{Schule 2}} = 1.7$, $p = 0.011$). Zu Beginn des Projekts sind die Unterschiede diesbezüglich nicht signifikant. Worin dieser Unterschied begründet ist, kann im Rahmen der Evaluation nicht beantwortet werden. Der Unterschied ist jedoch bei den Eltern, die zu beiden Befragungszeitpunkten teilgenommen haben, nicht signifikant. Dies deutet daraufhin, dass der Effekt auf jene Eltern zurückzuführen ist, die nur bei der Endbefragung teilgenommen haben.

Die Schulstufe steht hingegen in keinem signifikanten Zusammenhang mit den Ergebnissen. Dies bedeutet, dass sich die Wirkungen des Projekts auf allen Schulstufen gleichermaßen entfalten.

Umfang der besuchten Veranstaltungen

Die Wirkungen des Projekts bei den Lehrpersonen und den Eltern könnten davon abhängen, wie viele Weiterbildungen/Veranstaltungen besucht wurden. Dies wurde ebenfalls mittels bivariater Analysen überprüft.

Die Ergebnisse der Analysen weisen auf einen signifikanten Unterschied bei den *Lehrpersonen* hin. Je häufiger die Lehrpersonen an den Weiterbildungen im Projekt teilgenommen haben, desto eher konnte ihnen das Projekt aufzeigen, wie sie das Thema der ausgewogenen Ernährung im Unterricht umsetzen können ($r = 0.713$, $p = 0.006$).

Auch bei den *Eltern* lässt sich ein signifikanter Unterschied feststellen. Je öfter die Eltern an einer Veranstaltung teilnehmen, desto eher glauben sie an die Empfehlungen für ein gesundheitsförderliches Verhalten ($r = 0.420$, $p = 0.036$).

3.3 Langfristige Wirkungen des Projekts

Im folgenden Abschnitt werden die langfristigen Wirkungen beschrieben, die das Projekt auf die Schulen hat. Zum einen wird dargestellt, welche Bedeutung den Themen Ernährung und Bewegung rückblickend und im Vergleich mit anderen Themen an der Schule beigemessen wird. Zudem wird aufgezeigt, inwiefern das Projekt zur Verankerung der

⁹ Dies ist jedoch dadurch begründet, dass in der Endbefragung nur ein einzelner Mann teilgenommen hat.

Themen auf institutioneller Ebene (Schulebene) beigetragen und die Integration der Themen Ernährung und Bewegung längerfristig gefördert hat. Zum Schluss des Abschnitts werden hinderliche und förderliche Faktoren erörtert, die die langfristige Wirksamkeit des Projekts beeinflussen. Die Ergebnisse beruhen auf der retrospektiven Befragung aller Lehrpersonen von insgesamt 14 Schulen, die seit 2010 am Projekt teilgenommen haben sowie auf Telefoninterviews mit 12 Schulleitenden.

3.3.1 Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung in der Schule

Aus den Interviews mit den Schulleitenden der 12 Schulen geht hervor, dass die Themen Ernährung und Bewegung an der Schule durch das Projekt nur teilweise an Bedeutung gewonnen haben.

Die Schulleitenden sind der Meinung, dass die Themen ausgewogene Ernährung und Bewegung für die Schule zwar wichtig sind, es aber andere Themen gibt, denen mehr Bedeutung beigemessen wird (z.B. Integration, Schulentwicklung). Die Schulleitenden sind jedoch der Ansicht, dass das Projekt die Sensibilisierung des ganzen Schulteams bezüglich der Themen Ernährung und Bewegung gefördert hat.

Die Lehrpersonenbefragung bestätigt diese Einschätzung: Fast alle Lehrpersonen (94%) sind der Meinung, dass das Projekt für das Thema Ernährung sensibilisiert hat. 85 Prozent geben an, dass das Projekt auch die Sensibilität für das Thema Bewegung erhöht hat (siehe Darstellung DA 22 im Anhang).

Die Lehrerbefragung verdeutlicht zudem die relative Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung im Vergleich mit anderen Themen (siehe Darstellung D 3.14).¹⁰ Am wichtigsten ist den Lehrpersonen eine gesunde Schule nach einem ganzheitlichen Ansatz, der sowohl die Schulstrukturen als auch das Schulklima umfasst. Am zweitwichtigsten, jedoch insgesamt deutlich weniger wichtig, ist für die Lehrpersonen die Früherkennung und Frühintervention bei Problemen. Die beiden Themen Bewegung und Ernährung sind für die Lehrpersonen etwas weniger bedeutsam und kommen erst an dritter respektive fünfter Stelle.

D 3.14: Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung

<i>Rang</i>	<i>Mittelwert</i>	<i>Thema</i>
1	8.2	Gesunde Schule als ganzheitlicher Ansatz (Schulstrukturen, Schulklima)
2	6.3	Früherkennung/Frühintervention bei Problemen
3	6.1	Bewegung
4	5.8	Gewaltprävention
5	5.2	Ernährung
6	4.7	Psychosoziale Unterstützung der Schüler/-innen

¹⁰ Die Lehrpersonen wurden aufgefordert, die verschiedenen Themen nach deren Priorität zu ordnen. Je höher der Mittelwert, desto höher die Bedeutung des Themas.

<i>Rang</i>	<i>Mittelwert</i>	<i>Thema</i>
7	4.3	Gesundheit der Lehrpersonen/Betriebliche Gesundheitsförderung
8	2.6	Suchtprävention
9	1.9	Sexuelle Aufklärung

Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

3.3.2 Verankerung der Themen auf institutioneller Ebene

Inwiefern das Projekt zur Verankerung der Themen Ernährung und Bewegung beiträgt, wird anhand folgender Aspekte untersucht: Ernährung und Bewegung als Teil des Schulprogramms, eingesetzte personelle und finanzielle Ressourcen, strukturelle Verankerung der Themen (in Prozessen und in Organisationen), erlassene Richtlinien und Empfehlungen, umgesetzte Veranstaltungen und Weiterbildungen sowie Verpflegungs- und Bewegungsangebote.

I Ernährung und Bewegung als Teil des Schulprogramms

Aus den Interviews mit den Schulleitenden geht hervor, dass die beiden Themen Ernährung und Bewegung auch nach der Durchführung des Projekts in keiner Schule expliziter Bestandteil des Schulprogramms sind. Sie stellen lediglich einen Teilbereich eines übergeordneten Themas dar. In einer Schule werden die Themen Ernährung und Bewegung beispielsweise unter dem Thema Kinderrechte subsumiert. Die Mehrzahl der interviewten Schulleitenden ist der Meinung, dass die Diskussion dieser Themen eine Aufgabe der Lehrpersonen ist. Diese sind deshalb frei, die Themen im Unterricht zu integrieren oder nicht. Die Schulleitenden sehen ihre Rolle vor allem in der Unterstützung und der Schaffung günstiger Rahmenbedingungen.

I Strukturelle Verankerung der Themen Ernährung und Bewegung

Keiner der interviewten Schulleitenden hat finanzielle oder personelle Ressourcen (z.B. Gesundheitsverantwortliche, Arbeitsgruppen) für die Umsetzung von Ernährungs- oder Bewegungsprojekten gesprochen. Für zusätzliches Material (z.B. Spielsachen, Kochzutaten) können jedoch zusätzliche finanzielle Mittel bei der Gemeinde beantragt werden. Diese würden in der Regel auch zugesprochen.

In sieben der zwölf Schulen werden die Themen ab und zu in den Lehrerkonferenzen besprochen. In den anderen Schulen hingegen sind die Themen Ernährung und Bewegung kein Thema in den Lehrerkonferenzen. Drei interviewte Schulen haben inzwischen jedoch das Projekt «Pedibus» eingeführt und zwei Schulen das Projekt «fit4future».

Gemäss Aussage der Schulleitenden ist auch keine der befragten Schulen Mitglied des Schweizerischen Netzwerks gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen (Schulnetz21). Institutionalisierte Kooperationsstrukturen zum Thema mit ausserschulischen Institutionen sind ebenfalls keine vorhanden. Wenn es zu bei Schülern/-innen zu Problemen bezüglich Ernährungsthemen kommt, wird punktuell Kontakt mit den Schulärzten/-innen und/oder mit Ernährungsberater/-innen aufgenommen. Die Schulen werden also vor allem im Sinne einer sekundären Prävention und weniger im Sinne einer Primärprävention aktiv.

I Richtlinien und Handlungsempfehlungen zuhanden der Eltern

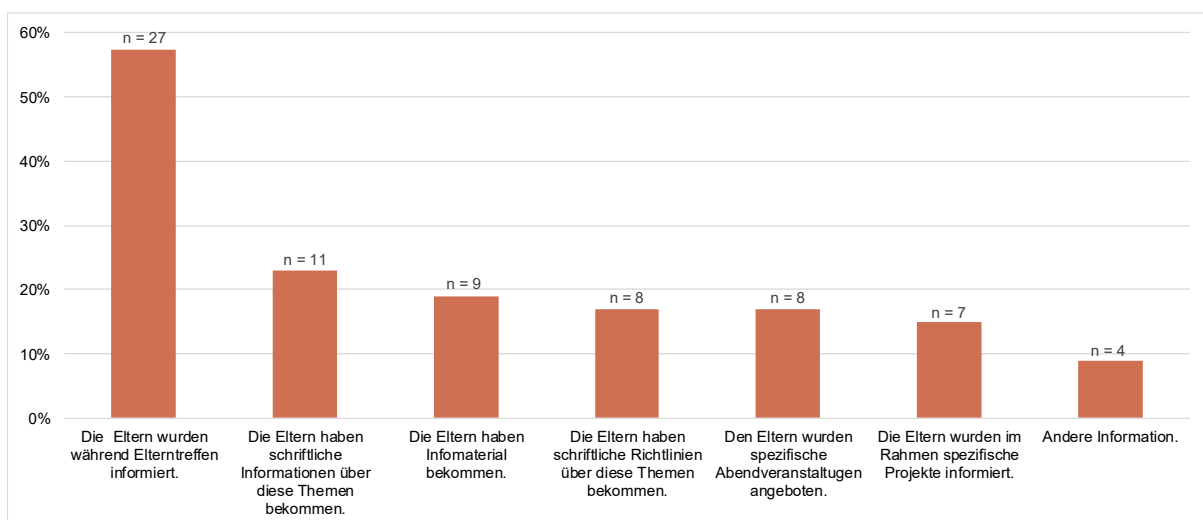
Alle Schulen, die am Projekt teilgenommen haben, verfügen gemäss Aussage der befragten Schulleitenden über Richtlinien und Empfehlungen bezüglich des Konsums von

Süssigkeiten und Süssgetränken in der Schule sowie bezüglich ausgewogener Zwischenmahlzeiten. Diese Richtlinien und Empfehlungen sind in Dokumenten festgehalten. Die Mehrheit der interviewten Schulleitenden sendet diese Dokumente den Eltern zu Beginn des Schuljahres zu. An den meisten Schulen waren jedoch schon vor der Teilnahme am Projekt solche Richtlinien vorhanden. Während und nach der Teilnahme des Projekts wurden sie in einigen Schulen jedoch nochmals aktualisiert. Nur drei der zwölf befragten Schulen haben Richtlinien erst nach dem Projekt eingeführt. Einige Schulen verfügen auch über Richtlinien für Mahlzeiten während schulischen Ausflügen.

Wie stark die Schulleitenden aufgrund des Projekts vermehrt zu den Themen Ernährung und Bewegung Stellung nehmen beziehungsweise die Lehrpersonen dafür sensibilisieren, wird von den Lehrpersonen sehr unterschiedlich beurteilt. Während rund 66 Prozent der Lehrpersonen angeben, dass ihre Schulleitung seit dem Projekt vermehrt auf die Themen Ernährung und Bewegung achtet, sind rund 34 Prozent der Lehrpersonen der Ansicht, dass dies (eher) nicht der Fall ist (siehe Darstellung DA 23 im Anhang).

Die Nachhaltigkeitsstudie macht auch deutlich, dass die Lehrpersonen selbst die Themen sehr unterschiedlich aktiv an die Eltern weitergeben. 43 Prozent der Lehrpersonen haben die Eltern über beide Themen informiert, 38 Prozent hingegen über keines der beiden Themen. 13 Prozent der Lehrpersonen haben lediglich zum Thema Ernährung Informationen an die Eltern weitergegeben (siehe Darstellung DA 24 im Anhang). Aus der folgenden Darstellung D 3.15 geht hervor, dass die Lehrpersonen vor allem im Rahmen von Elterntreffen zu den Themen informieren (57%). Rund ein Viertel der befragten Lehrpersonen hat den Eltern auf schriftlichem Weg Richtlinien und Handlungsempfehlungen zu den Themen Ernährung und Bewegung weitergeleitet. Die Richtlinien beziehen sich vor allem auf den Schulweg der Schüler/-innen, der, wann immer möglich, zu Fuss zurückgelegt werden sollte (48%) und auf eine gesunde Ernährung mit möglichst wenig Zucker (38%) (siehe Darstellung DA 25 im Anhang). In 15 respektive 17 Prozent der Fälle wurden die Eltern an spezifischen Veranstaltungen oder im Rahmen spezifischer Projekte zu den Themen informiert.

D 3.15: Art der Elterninformation



Legende: N = 47. Mehrfachantworten möglich.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

Die Initiative zur Information der Eltern ging mehrheitlich von den Lehrpersonen selbst aus (62%). Nur in 17 Prozent der Fälle hat die Schulleitung die Lehrpersonen beauftragt, die Eltern über die beiden Themen zu informieren (siehe Darstellung DA 26 im Anhang). In rund einem Drittel der Fälle (30%) war die Kontaktaufnahme durch das Projekt motiviert. Die Mehrheit der Lehrpersonen (56%) stand jedoch bereits vor der Teilnahme an dem Projekt mit den Eltern zu den Themen Ernährung und Bewegung im Austausch.

I Veranstaltungen und Weiterbildungen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Gemäss Aussage der befragten Schulleitenden wurden in den Schulen seit der Durchführung des Projekts für die Lehrpersonen keine weiteren Veranstaltungen oder Weiterbildungen zu den Themen Ernährung und Bewegung seitens der Schule organisiert. Nach Ansicht der befragten Schulleitenden brauchen die Lehrpersonen keine zusätzliche Weiterbildung zu diesen Themen. Falls aber Bedarf bestehe, sind die Schulleitenden aller Schulen bereit, individuelle Weiterbildungen zu ermöglichen. Die grosse Mehrheit der Lehrpersonen (89%) hat aber seit der Teilnahme an dem Projekt an keiner Weiterbildung zum Thema Ernährung und Bewegung mehr teilgenommen.

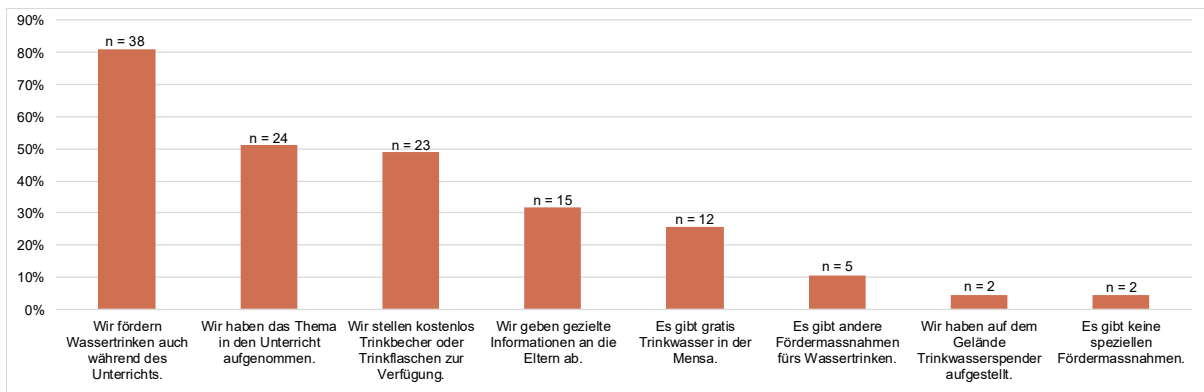
I Trink- und Essangebote für Schüler/-innen

Alle Schulen verfügen gemäss Aussage der befragten Schulleitenden über eine Mensa. Einige dieser Mensen verfügen über das Label «Fourchette Verte». Über Getränke- und Essautomaten verfügt hingegen keine der befragten Schule. In den befragten Schulen werden ausserhalb der Mensen generell keine Esswaren und Getränke verkauft. Die Kinder nehmen in der Regel selber etwas für die Zwischenmalzeiten mit. In einigen Schulen werden ausgewogene Znüni oder Zvieri offeriert, die vom Elternrat oder von der Schule organisiert werden. Eine Schule offeriert das Znüni jeden Tag und stellt frische Früchte zur Verfügung. Andere Schulen organisieren ein Znüni ein- oder zweimal pro Woche oder nur ein- oder zweimal pro Monat.

In vielen Schulen werden traditionelle Anlässe durchgeführt, die mit dem Thema Ernährung zu tun haben. Dazu gehört beispielsweise das Guetzli backen vor Weihnachten, der Marroni-Tag («*castagnata*») und die Milch-Pause, die von SwissMilk organisiert wird. Diese Traditionen haben jedoch nicht mit dem Projekt zu tun, sondern bestanden schon vorher. In einer Schule wurde aufgrund des Projekts einmal ein Kochtag organisiert, um die Ess-Traditionen der Schüler/-innen kennenzulernen. An diesem Tag haben die Kinder mit den Eltern gekocht und das Essen vorgestellt.

Wasser als Getränk ist gemäss Aussage der Schulleitenden in allen Schulen verfügbar. Neun der zwölf Schulen fördern den Konsum von Wasser, indem sie den Kindern Trinkflaschen oder Trinkbecher zur Verfügung stellen. Zwei der interviewten Schulleitenden bestätigen, dass sie die Trinkflaschen und Trinkbecher mit dem Projekt eingeführt haben und dann in den nächsten Jahren diese Aktion weitergeführt haben. Dass das Thema des Wassertrinkens in der Schule unterschiedlich stark verankert ist, zeigt auch die Befragung der Lehrpersonen (siehe Darstellung D 3.16). Die grosse Mehrheit der Lehrpersonen (81%) fördert das Wassertrinken zwar während des Unterrichts, jedoch hat nur die Hälfte der Lehrpersonen (51%) das Thema im Unterricht aufgenommen. Gratis Trinkwasser in der Mensa gibt es zudem nur in rund einem Viertel der Fälle.

D 3.16: Aktivitäten zur Förderung des Wassertrinkens



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

I Spiel- und Bewegungsangebote

Der Sportunterricht ist im Kanton Tessin kantonal geregelt. In allen Schulen auf Primarstufe des Kantons werden drei didaktische Einheiten von je 45 Minuten durchgeführt. Gemäss Aussage der befragten Schulleitenden führt die Mehrzahl der Schulen im Rahmen des Stundenplans regelmässig Schwimmunterricht durch und organisiert sportliche Anlässe wie beispielsweise Schlittschuhlaufen, Wandertage, Sporttagen oder Ski-Tage.

Aus der Befragung der Schulleitenden geht hervor, dass einige Schulen zudem im Projekt «Pedibus» beziehungsweise «fit4future» mitmachen. Die Schulen, die an keinem der Projekte partizipieren, begründen dies damit, dass es schwierig war, Freiwillige zu finden.

Freiwillige Sportangebote nach dem Unterricht werden in einigen Schulen vom Elternrat organisiert. Ansonsten verweisen die Schulleitenden auf das Angebot der Sportvereine, das die Schüler/-innen privat in Anspruch nehmen können.

Spezifische Bewegungsangebote in den Pausen gibt es gemäss Aussage der Schulleitenden in keiner der Schulen. Die Kinder organisieren sich diesbezüglich selbst. In allen Schulen ist jedoch Spielmaterial vorhanden. Dies wurde in sechs der zwölf Schulen im Rahmen des Projekts «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» angeschafft.

3.3.3 Integration von Ernährung und Bewegung im Unterrichts

Inwiefern das Projekt langfristig zur Integration der Themen Ernährung und Bewegung in den Unterricht beiträgt, wird anhand folgender Aspekte untersucht: Erweiterung der Kenntnisse der Lehrpersonen, im Unterricht umgesetzte Inhalte zum Thema ausgewogene Ernährung und Ausmass an Bewegungsaktivitäten im Unterricht.

I Erweiterung der Kenntnisse der Lehrpersonen

Die Mehrheit der Lehrpersonen (68%) ist der Meinung, dass das Projekt ihre Kenntnisse zum Thema Ernährung erweitert hat. Rund 30 Prozent stimmen dieser Ansicht zumindest teilweise zu. Bezüglich des Themas Bewegung sind rund 28 Prozent der Lehrpersonen der Meinung, dass die Weiterbildung ihre Kenntnisse erweitern konnte. 62 Prozent konnten ihre Kenntnisse zumindest teilweise erweitern (siehe Darstellung DA 27 im Anhang).

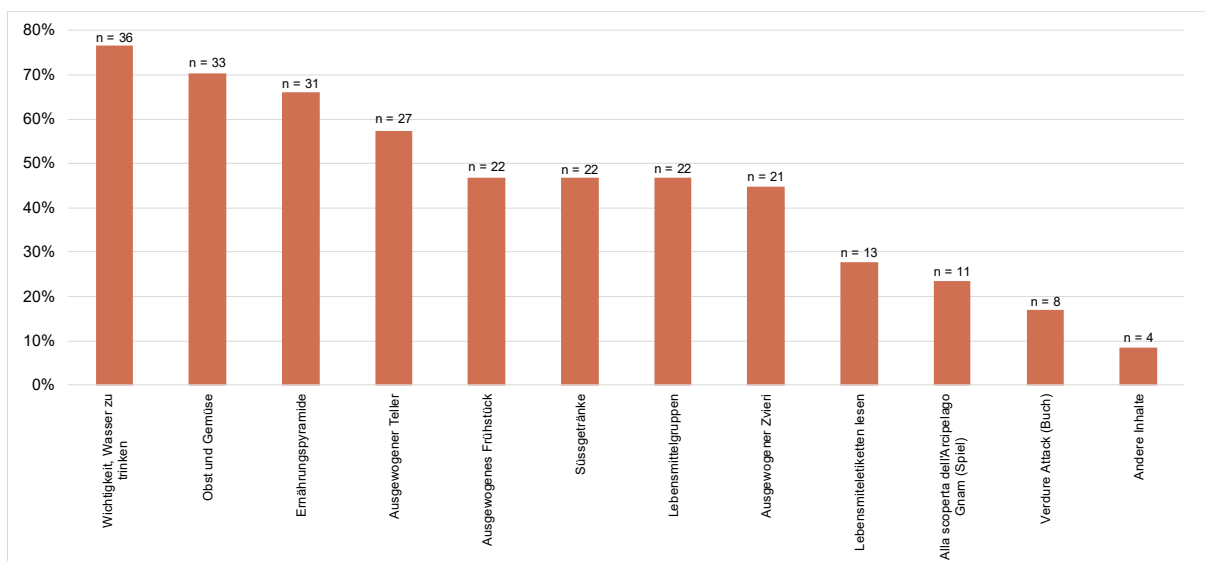
Das Projekt konnte also vor allem bezüglich des Themas ausgewogene Ernährung nachhaltig zur Erweiterung der Kenntnisse der Lehrpersonen beitragen.

I Im Unterricht umgesetzte Inhalte zum Thema ausgewogene Ernährung

Das Projekt hat beim Grossteil der Lehrpersonen (94%) dazu geführt, dass sie im Unterricht das Thema Ernährung (eher) mehr thematisieren. Mehrheitlich achten die Lehrpersonen auch darauf (95%), dass ihre Schüler/-innen ein gesundes Znüni mit in die Schule bringen (siehe Darstellung DA 28 im Anhang).

Die Nachhaltigkeitsstudie zeigt auch auf, welche Inhalte die Lehrpersonen zum Thema Ernährung im Unterricht ansprechen (siehe Darstellung D 3.17). Am häufigsten thematisiert wird die Bedeutung des Wassertrinkens (77%) sowie das Essen von Gemüse und Obst (70%). Auch die Ernährungspyramide (66%) sowie das Zubereiten ausgewogener Mahlzeiten (57%) wird von der Mehrheit der Lehrpersonen im Unterricht thematisiert.

D 3.17: Inhalte zum Thema Ernährung im Unterricht



Legende: N = 47. Mehrfachantworten möglich.

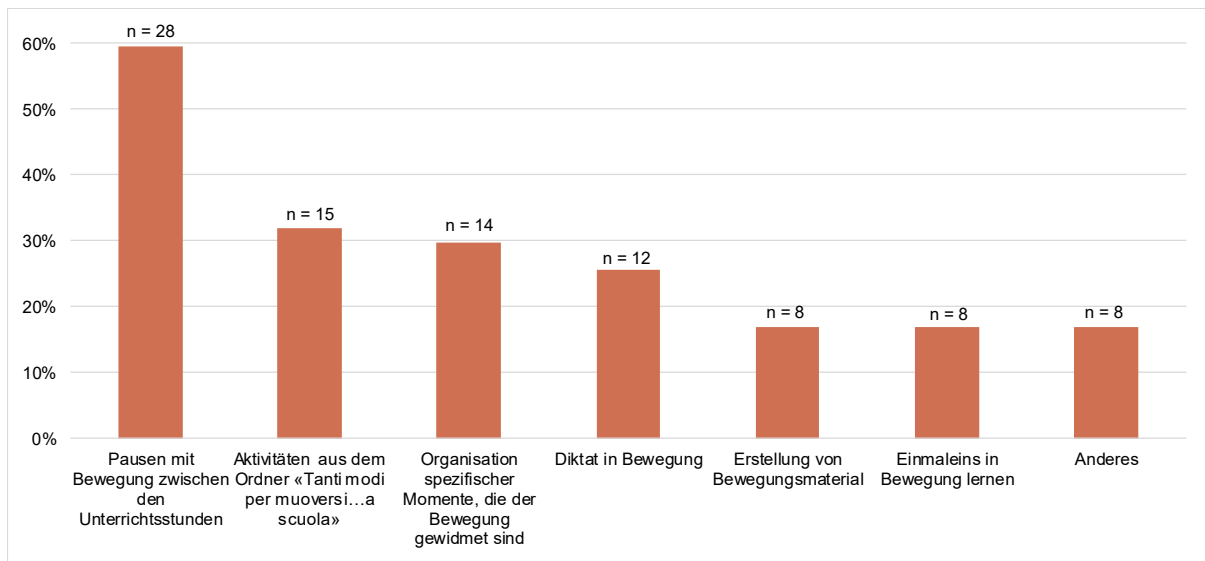
Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

I Ausmass an Bewegungsaktivitäten im Unterricht

Die nachhaltige Wirkung des Projekts auf die Integration von Bewegung im Unterricht ist unterschiedlich. Die Mehrheit der Lehrpersonen (78%) gibt an, dass das Projekt (eher) dazu geführt hat, dass sie im Unterricht mehr Bewegungsaktivitäten umsetzen (siehe Darstellung DA 28 im Anhang). Rund 45 Prozent der befragten Lehrpersonen geben auch an, dass sie sich seit dem Projekt mindestens doppelt so viel wie vor dem Projekt mit ihren Schülern/-innen bewegen. Rund 20 Prozent davon bewegen sich gemäss eigenen Angaben gar zwei- bis dreimal mehr. Bei rund der Hälfte der Lehrpersonen hat sich aufgrund des Projekts jedoch nicht viel verändert (siehe Darstellung DA 29 im Anhang).

Welche Formen von Bewegung die Lehrpersonen im Unterricht umsetzen, wird aus Darstellung D 3.18 ersichtlich. Am häufigsten (60%) machen die Lehrpersonen Bewegungspausen zwischen den Unterrichtsstunden. Rund ein Drittel der befragten Lehrpersonen setzt Bewegungsaktivitäten mit Hilfe der Vorschläge des Lehrmittelordners um und organisiert spezifische Bewegungsmomente auch während des Unterrichts.

D 3.18: Formen von Bewegung im Unterricht



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

3.3.4 Faktoren, die Wirkungen begünstigen oder behindern

Im folgenden Abschnitt wird erläutert, welche Faktoren langfristige Wirkungen des Projekts behindern oder begünstigen. Die Ergebnisse basieren sowohl auf den Interviews mit den Schulleitenden als auch auf bivariaten Analysen der Daten aus der Nachhaltigkeitsstudie. Untersucht wurden folgende Aspekte: Geschlecht, (Dienst-)Alter, Schulstufe, Schulwechsel der Schulleitenden, Jahr der Teilnahme und das Engagement der Schulleitenden.

Keinen statistisch signifikanten Einfluss haben das Geschlecht sowie das Alter der Lehrpersonen. Auch die Schulstufe, ein Schulwechsel der Lehrperson und das Jahr der Teilnahme spielen bezüglich der Wirkungen des Projekts keine Rolle. Bedeutsam ist jedoch das Engagement der Schulleitenden.

Personalwechsel auf Ebene Schulleitung

Aus den Interviews mit den Schulleitenden geht hervor, dass zum Zeitpunkt der Befragung in acht der zwölf befragten Schulen nicht mehr dieselbe Schulleitung tätig war wie während der Durchführung des Projekts. Diese Schulleitenden bekundeten Mühe, das Projekt in Bezug auf seine langfristigen Wirkungen zu beurteilen. Diese Aussage weist auch darauf hin, dass die nachhaltige Verankerung des Projekts auf Ebene der Schulleitung bei einem Wechsel der Schulleitung nicht gewährleistet ist.

Engagement der Schulleitung

Die Schulleitung respektive deren Engagement zur Sensibilisierung der Lehrpersonen zu den Themen Ernährung und Bewegung steht in einem signifikanten, wenn auch schwachen Zusammenhang mit dem Ausmass an Bewegungsaktivitäten, die von der Lehrperson im Unterricht gefördert werden: Je stärker die Schulleitung das Lehrerteam für die Themen sensibilisiert, desto eher fördern die Lehrpersonen Bewegungsaktivitäten im Unterricht ($r = 0.36, p = 0.032$).

3.4 Allgemeine Zufriedenheit und Zukunft des Projekts

Alle durchgeführten Erhebungen liefern Hinweise zur Zufriedenheit der Lehrpersonen und der Eltern mit dem Projekt und dem Optimierungspotential. Diese Ergebnisse werden nachfolgend aus Sicht der beiden Akteure zusammengefasst.

3.4.1 Allgemeine Zufriedenheit mit dem Projekt

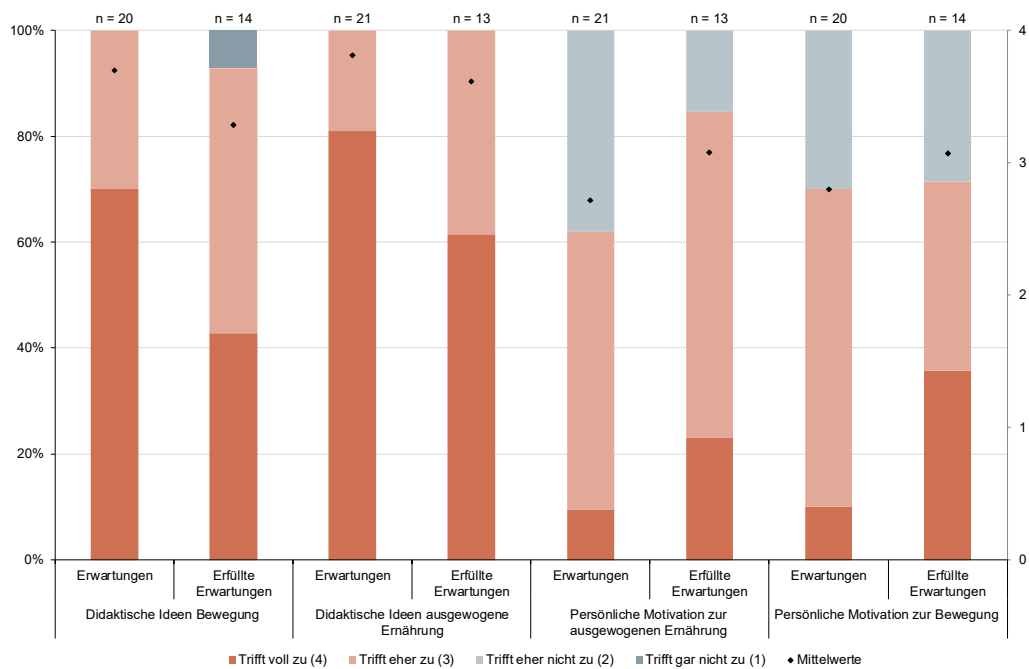
Im folgenden Abschnitt wird auf die allgemeine Zufriedenheit der Lehrpersonen und der Eltern mit dem Projekt eingegangen.

I Allgemeine Zufriedenheit und erfüllte Erwartungen aus Sicht der Lehrpersonen

Die Lehrpersonen der beiden Schulen, die in den beiden Schuljahren 2018/19 und 2019/20 am Projekt teilgenommen haben, sind insgesamt sehr zufrieden mit dem Projekt. 36 Prozent der Lehrpersonen sind damit sehr und 50 Prozent eher zufrieden. Nur 14 Prozent der Lehrpersonen sind mit dem Projekt eher unzufrieden.

Die Längsschnittbefragung zeigt auch auf, welche Erwartungen die Lehrpersonen an die Weiterbildung hatten und inwiefern diese am Ende des Projekts als erfüllt erachtet werden (vgl. Darstellung D 3.19). Die Lehrpersonen hatten sich vor allem didaktische Ideen zur Umsetzung des Themas Bewegung erhofft (70%). Das Projekt hat diese Erwartung bei rund 43 Prozent der Lehrpersonen vollumfänglich erfüllt. Didaktische Ideen zum Thema Ernährung sind für die Mehrheit der Lehrpersonen zwar auch erwünscht, aber weniger wichtig (81%). Diese Erwartungen wurden bei rund 62 Prozent der Lehrpersonen komplett erfüllt. Rund 60 Prozent der Lehrpersonen erwartete von dem Projekt, dass dieses auch zur persönlichen Motivation im Bereich der Ernährung und Bewegung beitragen soll. Diese Erwartungen konnten im Projekt zwar insgesamt etwas weniger gut als die anderen Erwartungen, jedoch immer noch mehrheitlich erfüllt werden.

D 3.19: Erwartungen und erfüllte Erwartungen der Lehrpersonen im Projekt



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

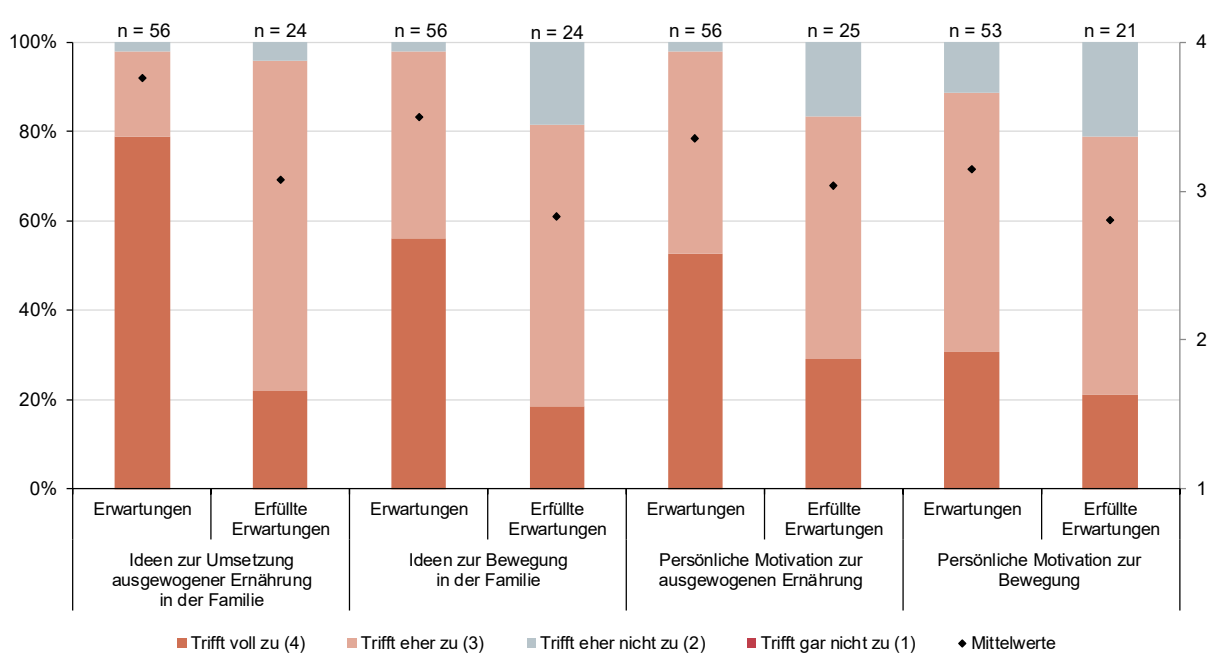
Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

I Allgemeine Zufriedenheit und erfüllte Erwartungen aus Sicht der Eltern

Auch die Eltern wurden am Ende des Projekts zur allgemeinen Zufriedenheit mit dem Projekt befragt. Die Mehrheit der befragten Eltern (59%) sind mit dem Projekt eher und 37 Prozent sehr zufrieden.

Betreffend der Erwartungen zeigt sich, dass sich die Eltern vor allem Ideen zur Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung in der Familie erhofften (79%) (vgl. Darstellung D 3.20). Rund 20 Prozent der Eltern geben bei der Endbefragung an, dass diese Erwartung komplett und 71 Prozent geben an, dass sie eher erfüllt wurde. Ideen zum Thema Bewegung haben sich rund 55 Prozent der Eltern erhofft. Auch diese Erwartung konnte für die Mehrheit der Eltern (58%) eher und für rund 17 Prozent gar ganz erfüllt werden. Wie bei den Lehrpersonen haben auch die Eltern weniger erwartet, persönlich für ein besseres Ernährungs- oder Bewegungsverhalten motiviert zu werden. Die Endbefragung zeigt, dass das Projekt diesen Erwartungen auch weniger gerecht wird.

D 3.20: Erwartungen und erfüllte Erwartungen der Eltern im Projekt



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

3.4.2 Gewünschtes Weiterbildungsformat und Interesse an zukünftigen Weiterbildungen

Im Folgenden wird dargelegt, inwiefern sich das Format des Projekts «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» bewährt und inwiefern die Lehrpersonen und die Eltern an weiteren Veranstaltungen zum Thema interessiert sind.

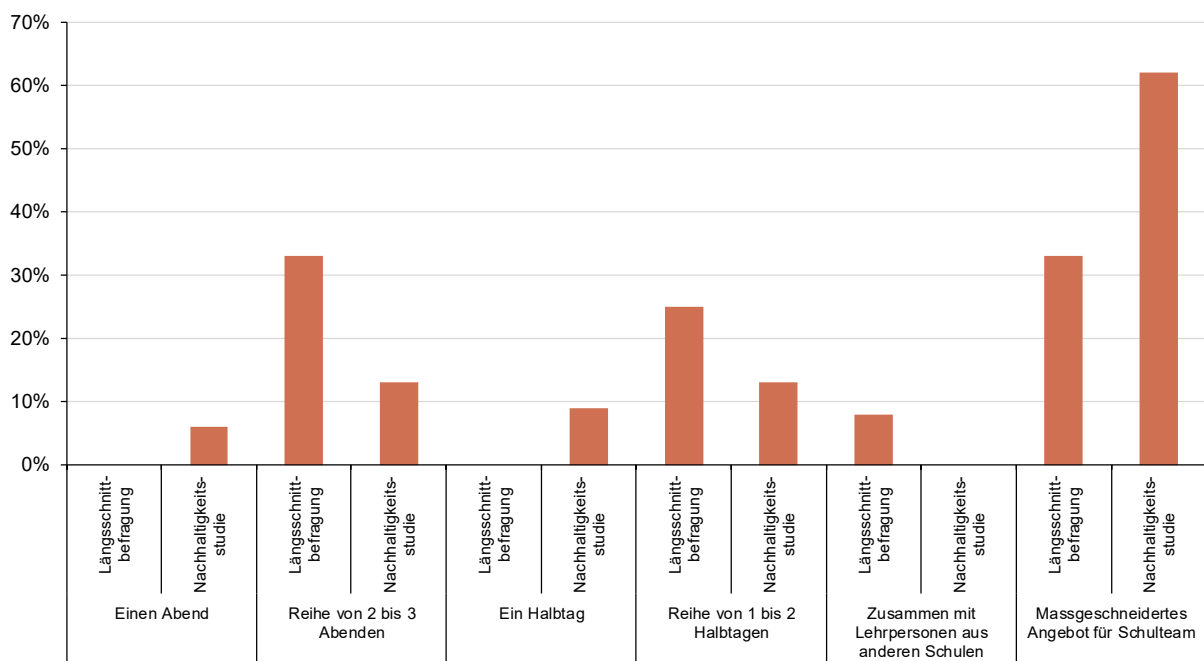
I Gewünschtes Weiterbildungsformat

Die Befragung der Lehrpersonen der beiden Schulen zur Organisation des Projekts ergab, dass die Mehrheit der Lehrpersonen (77%) eine Umsetzung des Projekts innerhalb eines Jahres vorziehen würde. Die meisten Lehrpersonen (71%) sind zudem der Meinung, dass wie bisher insgesamt sieben Treffen genügen. Bei der Frage, wann die

Treffen stattfinden sollen, gehen die Meinungen auseinander.¹¹ Rund 64 Prozent der Lehrpersonen ziehen die zwei Stunden nach Schulschluss vor. Rund 65 Prozent der Lehrkräfte wünschen sich eine zwei- oder vierstündige Weiterbildung am Mittwochnachmittag. Auch bezüglich der Frage, ob die Weiterbildung ausserhalb des Schulhauses stattfinden soll, sind sich die Lehrpersonen uneinig. Die Mehrheit der Lehrpersonen (71%) kann sich das (eher) vorstellen, 29 Prozent der Lehrpersonen hingegen (eher) nicht. Ein Kochkurs wird von allen befragten Lehrpersonen der Längsschnittstudie als gute Form gesehen, das Thema der Ernährung zu vertiefen. 71 Prozent der Lehrpersonen fänden einen Kochkurs für die Eltern und deren Kindern gut. 64 Prozent der Lehrpersonen würden auch einen Kochkurs für die Lehrpersonen begrüssen. Ein Kochkurs mit Lehrpersonen, Kindern und Eltern zusammen erachten nur rund 21 Prozent der Lehrpersonen als sinnvoll. Ob die Weiterbildung auch online durchgeführt werden soll, wird in der Längsschnittbefragung unterschiedlich beurteilt. 50 Prozent der Lehrpersonen könnten sich dies (eher) vorstellen. Das Erstellen von Videos zu den Themen Ernährung und Bewegung wird jedoch von allen Lehrpersonen als (eher) sinnvoll erachtet.

Auch aus der Nachhaltigkeitsstudie geht hervor, dass eine Mehrheit der Lehrpersonen (52%) eine Projektdauer von einem Jahr bevorzugt. Rund 32 Prozent der Lehrpersonen finden zwei Jahre besser. Für die restlichen Lehrpersonen spielt es keine Rolle. Auch zeigt die Nachhaltigkeitsstudie auf, dass die Mehrheit der Lehrpersonen (62%) sowohl bezüglich der Inhalte als auch bezüglich der Formate ein auf das Schulteam massgeschneidertes Angebot begrüssen würde.

D 3.21: Gewünschtes Weiterbildungsformat



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14. Nachhaltigkeitsstudie: N = 47. Option «Zusammen mit Lehrpersonen aus anderen Schulen» wurde in der Nachhaltigkeitsstudie nicht als Antwortmöglichkeit aufgezeigt.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie und Nachhaltigkeitsstudie der Lehrpersonenbefragung.

¹¹ Bei der Frage konnten mehrere Antworten angekreuzt werden. Die Summe der Prozentangaben übersteigt deshalb 100 Prozent.

Auch die Mehrheit der Eltern (78%) ist der Meinung, dass die aktuelle Anzahl Veranstaltungen (zwei Treffen pro Jahr) ausreichend ist. Vier Personen (15%) sind der Ansicht, dass es mehr Treffen geben könnte (3–6), zwei Personen (7%) wünschen sich weniger Treffen. Die Eltern wurden zudem nach dem idealsten Zeitpunkt und Ort für Veranstaltungen gefragt. Für die Mehrheit der Eltern (63%) ist die Zeit zwischen 20.00 und 22.00 Uhr während der Woche am besten. Für 7 Prozent wäre auch der Samstagmorgen eine Option. 43 Prozent der Eltern wäre auch flexibel betreffend den Durchführungsort (d.h. im eigenen oder in einem anderen Schulhaus). Darüber hinaus wird von einer grossen Mehrheit der Eltern (88%) ein Kochkurs als gute Idee angesehen, das Thema Ernährung zu vertiefen. Die meisten Eltern (56%) würden einen Kochkurs für die Eltern zusammen mit ihren Kindern begrüßen. Einen Kochkurs für alle zusammen (Lehrpersonen, Schüler/-innen und Eltern) wünscht sich jedoch nur eine Minderheit (rund 15%).

I Interesse der Lehrpersonen an Weiterbildungen zum Thema Ernährung und Bewegung
Das Interesse an zusätzlichen Weiterbildungen zu den Themen Ernährung und Bewegung hält sich bei den Lehrpersonen der beiden Schulen, die das Projekt kürzlich abgeschlossen haben, in Grenzen. Rund 30 Prozent der Lehrpersonen wollen keine zusätzlichen Weiterbildungen, rund 20 Prozent hätten Interesse an einer Weiterbildung zu beiden Themen, 14 Prozent lediglich zum Thema Ernährung und 7 Prozent nur zum Thema Bewegung. Rund 30 Prozent der Lehrpersonen beziehen dazu keine Stellung. Ein Drittel der Lehrpersonen (33%) würde dabei ein schulspezifisches Angebot begrüßen.

Auch die Nachhaltigkeitsstudie macht deutlich, dass nur ein Teil (34%) der Lehrpersonen ein Interesse an zusätzlichen Weiterbildungen zu den Themen Ernährung und Bewegung hat. Aus den offenen Antworten geht hervor, dass diese Lehrpersonen auch an theoretischen Inhalten zum Thema Gesundheit interessiert wären, dass der Kurs in Zusammenhang mit anderen bewegungsfördernden Programmen (bspw. «Schule in Bewegung») angeboten und auch aktuelle Trends (Umweltverträglichkeit) und Ernährungsgewohnheiten mehr thematisiert werden sollten. Auch Hinweise zu möglichen Outdoor-Aktivitäten, die man mit dem Thema ausgewogene Ernährung kombinieren könnte (z.B. Outdoor-Küche), wären willkommen. Rund die Hälfte aller Lehrpersonen hat hingegen kein Interesse an zusätzlichen Weiterbildungen zu den Themen oder macht keine Aussage dazu. Einige wenige Lehrpersonen (9 resp. 6%) würden eine Weiterbildung nur zum Thema Ernährung respektive Bewegung begrüßen (siehe Darstellung DA 30 im Anhang). Die Mehrheit der Lehrpersonen (68%) ist denn auch der Meinung, dass die Weiterbildung nicht verbindlich gemacht werden soll. Für eine verbindliche Teilnahme spricht sich lediglich ein Fünftel aller befragten Lehrpersonen (21%) aus. Die restlichen Lehrpersonen haben diesbezüglich keine klare Haltung.

I Interesse der Eltern an aktiver Mitgestaltung und weiteren Veranstaltungen
In der Endbefragung wurden die Eltern gefragt, ob sie bereit wären, in der Schule Aktivitäten zum Thema Ernährung und Bewegung zu organisieren. Rund 54 Prozent der befragten Eltern geben an, sich das (eher) vorstellen zu können, währenddessen rund 38 Prozent sich eher nicht aktiv beteiligen möchten. Hierbei gibt es deutliche Unterschiede in den beiden Schulen. In der Schule 1 gibt es weniger interessierte Eltern (rund 41%) als in der Schule 2 (60%). Dies hat hauptsächlich damit zu tun, dass in der Schule 1 die Eltern bereits in solche Aktivitäten involviert sind (12%). Bei der Schule 2 ist das nicht der Fall. Diejenigen Eltern, die Teil des Elternrats sind (n = 6), sind jedoch alle der Meinung, dass sich der Elternrat bei der Umsetzung des Projekts beteiligen könnte. Als geeigneten Zeitpunkt für einen solchen Einbezug sieht eine Mehrheit der Eltern den Projektbeginn (71%).

3.4.3 Optimierungsmöglichkeiten im Projekt

Im folgenden Abschnitt wird zusammengefasst, welche Optimierungsmöglichkeiten die Lehrpersonen und die Eltern im Projekt sehen.

I Optimierungsmöglichkeiten aus Sicht der Lehrpersonen

Aus Sicht der Lehrpersonen gibt es zum einen Optimierungsmöglichkeiten in Bezug auf die *Inhalte der Weiterbildung*. Die Lehrpersonen der Schule 1 wären daran interessiert, zur ganzen Ernährungspyramide weiterführende Informationen zu erhalten (und nicht nur zur Gruppe von Obst und Gemüse). Zudem wurde vorgeschlagen, dass Lebensmittellabels, Lebensmittelwerbung, vegetarische Ernährung und verschiedene Allergien und Unverträglichkeiten beziehungsweise Krankheiten wie Zöliakie in den Weiterbildungen thematisiert werden. Geschätzt würden auch noch mehr konkrete Ideen zur Umsetzung von Bewegungsaktivitäten im Unterricht.

Zum anderen gibt es aus Sicht der Lehrpersonen auch Entwicklungspotential bezüglich der *didaktischen Umsetzung der Weiterbildung*. Teilweise werden die Weiterbildungen noch als etwas zu frontal und theoretisch erachtet. Sie wünschen sich zum Beispiel, dass die Power-Point-Präsentation bereits vor der Weiterbildung versandt würde, damit die Inhalte bereits im Vorfeld studiert werden könnten. Die Weiterbildung sollte aus Sicht der Lehrpersonen auch stärker interaktiv gestaltet werden, so dass noch Aspekte der praktischen Umsetzung intensiver diskutiert werden können. Vermieden werden sollte zudem, dass dieselben Lehrpersonen mehrmals am selben Projekt teilnehmen müssen. Dies war in der Schule 2 bei zwei Lehrpersonen der Fall, da diese die Weiterbildung bereits an einer anderen Schule gemacht hatten. Die betroffenen Lehrpersonen wären aber an zusätzlichen Weiterbildungen interessiert, die an die bereits vermittelten Inhalte anknüpfen würden.

Die *didaktischen Unterstützungsmaßnahmen* sollten aus Sicht der Lehrpersonen verstärkt werden. Die Lehrpersonen könnten sich eine didaktische Beratung und Begleitung auch in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule vorstellen. Weiter wäre es für die Lehrpersonen nützlich, dass die eingeladenen Experten/-innen (Schulärzte/-innen und/oder Ernährungsberater/-innen) auch im Unterricht als Gastreferenten/-innen involviert werden könnten.

Die *finanzielle Unterstützung* bei der Bestellung von Spielmaterialien wird von den Lehrpersonen sehr geschätzt. Sie würden es jedoch vorziehen, wenn sie Spielmaterialien selber einkaufen könnten und nicht nur jene, die auf der Liste stehen, da diese so günstiger erworben werden könnten und stärker auf den individuellen Bedarf abgestimmt wären.

Der *Einbezug der Eltern* könnte aus Sicht der Lehrpersonen weiter gestärkt werden, indem Kochateliers für Eltern und Kinder angeboten und Kochrezepte auf einer gemeinsamen Online-Plattform geteilt würden. Zudem würden aus Sicht der Lehrpersonen neue, aktuelle Themen (Veganismus, Nachhaltigkeit) dabei helfen, Eltern für die Weiterbildungen zu interessieren. Die Lehrpersonen bekunden teilweise selbst aber auch Mühe, die Eltern für die Themen zu motivieren und können sich deshalb vereinzelt auch eine Verpflichtung zur Teilnahme vorstellen.

I Optimierungsmöglichkeiten aus Sicht der Eltern

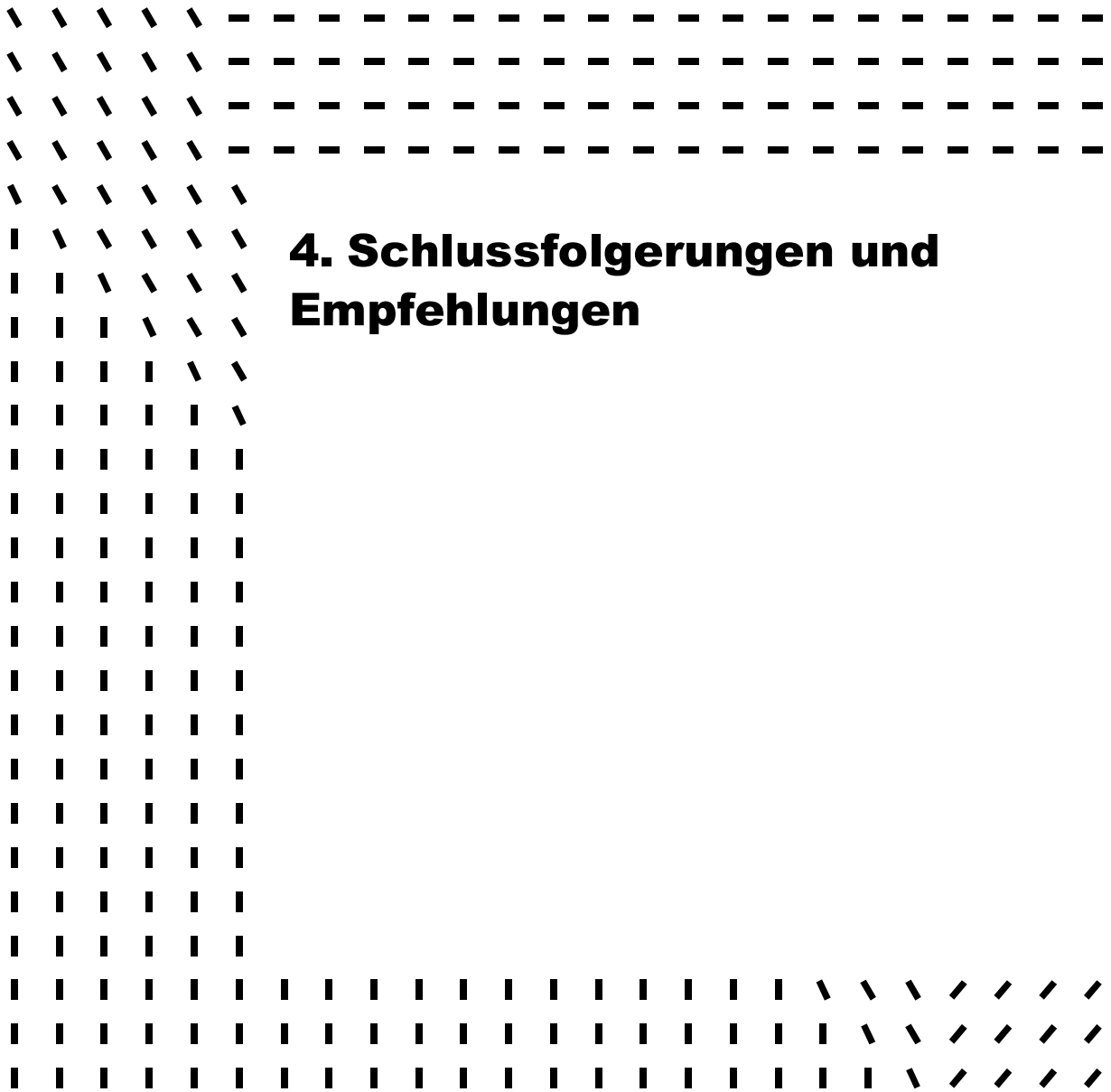
Gemäss den Aussagen einiger Eltern gibt es Optimierungsbedarf bezüglich der *Inhalte der Abendveranstaltung*. Folgende Ideen kamen in den Interviews zur Sprache: Ausweitung der Inhalte auf das Thema «Nachhaltige Ernährung» (z.B. Bewirtschaften eines Schulgartens, Bio-Label, 0-Kilometer-Speisen, Fleischkonsum und Entwaldung, Emp-

fehlungen zur Reduzierung des Fleischkonsums und Ersatz durch andere pflanzliche Proteinquellen, Verwertung von Hülsenfrüchten, Wasserfussabdruck von Lebensmitteln). Zudem wären die Eltern froh um weitere Ideen zur praktischen Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung (Rezepte, Ideen für gesundes Frühstück) und Hinweise, wie man Kinder für eine ausgewogene Ernährung motivieren kann. Einzelne Eltern wären auch interessiert an einer ausführlicheren Erläuterung zu den Angaben auf Lebensmittletiketten.

Die Eltern sehen auch Optimierungsmöglichkeiten hinsichtlich der *didaktischen Umsetzung* der Inhalte. Die Eltern könnten sich noch weitere Formate vorstellen. Die Eltern fänden es beispielsweise interessant, sich mit ihren Kindern und den anderen Kindern und Eltern der Klasse zusammen zum Thema auszutauschen (bspw. gute Rezepte). Die Eltern sind zudem der Meinung, dass ein Früchte-Gemüse-Kiosk an der Schule eine gute Idee wäre. Dies wird in der Schule 1 schon einmal pro Monat umgesetzt: An diesem Tag werden Früchte für Zwischenmahlzeiten am Morgen und am Nachmittag verteilt. Das Angebot wird vom Elternrat organisiert.

I Optimierungsmöglichkeiten aus Sicht der Schulleitenden

Einige Schulleitende, in deren Schulen die Pausen organisiert werden, wären froh um zusätzliche Ideen und konkrete Tipps für die Znüni- und Zvieri-Pausen. Ansonsten werden von den Schulleitenden keine weiteren Optimierungsmöglichkeiten im Projekt genannt.



4. Schlussfolgerungen und Empfehlungen

4.1 Schlussfolgerungen und Beantwortung der Evaluationsfragen

Im folgenden Abschnitt werden die Schlussfolgerungen vorgenommen und die Evaluationsfragen beantwortet. Anschliessend werden basierend auf den Ergebnissen Empfehlungen zuhanden der Projektleitung formuliert.

4.1.1 Beurteilung des Konzepts und der Leistungen im Projekt

Das Konzept und die Leistungen des Projekts werden sowohl von den Lehrpersonen als auch von den Eltern insgesamt positiv beurteilt.

| Relevanz und Erreichbarkeit der Ziele

Das Ziel des Projekts, Lehrpersonen für eine gesunde Ernährung und Bewegung im Unterricht zu sensibilisieren, wird von den Schulleitenden und einer grossen Mehrheit der Lehrpersonen als bedeutsam und mit den im Projekt verfolgten Massnahmen auch als erreichbar erachtet. Die Sensibilisierung der Eltern zu diesen Themen ist den Lehrpersonen insgesamt etwas weniger wichtig und der Beitrag des Projekts dazu wird kritischer beurteilt. Auch die Eltern erachten beide Themen in der Schule als wichtig. Das Thema Bewegung wird von den Eltern jedoch als etwas weniger relevant erachtet als das Thema Ernährung, weil viele Eltern der Meinung sind, dass sich ihre Kinder in der Freizeit und in der Schule genügend bewegen.

| Beurteilung der Veranstaltungen und Austauschtreffen

Die in der Weiterbildung vermittelten Inhalte werden von den Lehrpersonen insgesamt sehr positiv bewertet. Auch die Austauschtreffen (Präsentation didaktischer Materialien, Präsentation und Feedback zu Projektplan) werden von der Mehrheit der Lehrpersonen positiv beurteilt. Nur die Hälfte der Lehrpersonen hat die Materialien im Unterricht jedoch auch eingesetzt. Eine intensivere Begleitung bei der didaktischen Umsetzung wird von den Lehrpersonen deshalb gewünscht. Die konkrete Umsetzung der Inhalte, vor allem bezüglich einer ausgewogenen Ernährung, ist für die Lehrpersonen eine Herausforderung.

Auch die Eltern beurteilen die Abendveranstaltungen insgesamt sehr positiv. Am meisten gefielen den Eltern die Veranstaltungen zum Thema Bewegung und zu den Themen Frühstück und Zwischenmahlzeiten. Die Umsetzbarkeit der gelernten Inhalte im Alltag, vor allem zum Thema der ausgewogenen Ernährung, stellt jedoch auch für die Eltern eine Herausforderung dar.

| Beurteilung der Unterstützungsmassnahmen

Die Mehrheit der Lehrpersonen hat auch die finanzielle Unterstützungsmassnahme in Anspruch genommen. Diese wird hauptsächlich zur Beschaffung von Büchern genutzt. Die Lehrpersonen würden sich jedoch ein einfacheres administratives Verfahren wünschen und die Möglichkeit, Materialien selbst einzukaufen. Der Newsletter, vor allem

die darin enthaltenen Rezepte, wird sowohl von den Lehrpersonen als auch den Eltern insgesamt positiv bewertet.

4.1.2 Unmittelbare Wirkungen des Projekts auf die Lehrpersonen

Die Längsschnittbefragung bei den Lehrpersonen zeigt, dass am Ende des Projekts hauptsächlich positive Effekte festzustellen sind. Die grössten Veränderungen sind beim Wissen festzustellen. Eher wenig Einfluss hatte das Projekt auf die Einstellungen sowie das Verhalten der Lehrpersonen.

| Erweitertes Wissen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Trotz des teilweise grossen Vorwissens konnten die Lehrpersonen durch die Weiterbildung ihr Wissen zu den Themen Ernährung und Bewegung noch erweitern. Die Kenntnisse zu Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen sowie gesundheitsförderlichen Themen haben im Verlaufe des Projekts zugenommen. Deutlich zugenommen haben auch die didaktischen Kenntnisse der Lehrpersonen.

| Veränderte Einstellungen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Die Einstellungen der Lehrpersonen haben sich durch das Projekt nicht wesentlich verändert. Sowohl dem Thema der ausgewogenen Ernährung als auch Bewegungsaktivitäten im Unterricht standen die Lehrpersonen bereits vor dem Projekt positiv gegenüber. Lehrpersonen, die aufgrund des Projekts erfolgreich Bewegungsaktivitäten im Unterricht umsetzten, berichten jedoch, dass dies ihre Motivation gesteigert hat, dies öfters zu tun. Bezüglich des Themas der ausgewogenen Ernährung zeigt sich hingegen ein gewisses Dilemma der Lehrpersonen: Teilweise sind sich die Lehrpersonen nicht sicher, wie stark sie das familiäre Essverhalten beeinflussen sollen respektive dürfen.

| Verändertes Ernährungs- und Bewegungsverhalten

Die Längsschnittbefragung zeigt auf, dass die Lehrpersonen am Ende des Projekts deutlich häufiger Aspekte zum Thema Ernährung im Unterricht realisiert haben. Die Befragung zeigt jedoch, dass die Themen vor allem zu Beginn des Projekts häufig (täglich oder wöchentlich), im Verlaufe des Projekts dann aber weniger häufig, dafür regelmässig (wöchentlich oder monatlich) umgesetzt werden. Auch Bewegungsaktivitäten im Unterricht haben im Verlaufe des Projekts deutlich zugenommen. Die meisten Lehrpersonen setzten dies am Ende des Projekts jedoch nicht mehr täglich, sondern lediglich wöchentlich um. Zudem setzt nach wie vor rund ein Drittel der Lehrpersonen die Bewegung im Unterricht seltener um.

Das persönliche Bewegungsverhalten der Lehrpersonen hat sich durch die Weiterbildung kaum verändert. Beim persönlichen Ernährungsverhalten ist eine leicht positive Wirkung festzustellen.

| Hinderliche und förderliche Faktoren

Die bivariaten Analysen zeigen, dass Lehrpersonen, die weniger als vier Weiterbildungen besucht haben, weniger gut wissen, wie man das Thema der ausgewogenen Ernährung im Unterricht umsetzen kann; also weniger vom Projekt profitieren können. Dies weist auf die Relevanz des Projekts und der Weiterbildungen hin. Zudem scheint die Wirkung des Projekts bei Frauen grösser zu sein. Sie geben häufiger an, durch das Projekt didaktische Ideen zum Thema Ernährung erhalten zu haben. Eine eher hinderliche Rolle spielt die Tatsache, dass sich Lehrpersonen nicht zu stark in familiäre Gewohnheiten einmischen zu wollen.

4.1.3 Unmittelbare Wirkungen des Projekts auf die Eltern

Auch auf die Eltern hat das Projekt hauptsächlich positive, wenn auch insgesamt etwas geringere Effekte. Dabei muss berücksichtigt werden, dass die Eltern, die an den Veranstaltungen teilgenommen haben, bereits für die Thematik sensibilisiert waren.

I Erweitertes Wissen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Die Eltern, die an den Veranstaltungen teilgenommen haben, verfügen in der Regel bereits über ein grosses Vorwissen zu den Themen Ernährung und Bewegung. Die Längsschnittbefragung zeigt jedoch auf, dass die Eltern ihre Kenntnisse zu Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen und zu gesundheitsförderlichen Themen durch das Projekt noch erweitern konnten. Das Handlungswissen zur Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung und einer regelmässigen und vielseitigen Bewegung hat sich jedoch kaum verändert.

I Veränderte Einstellungen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Die persönliche Einstellung der Eltern gegenüber einer ausgewogenen Ernährung und einer täglichen und vielseitigen Bewegung hat sich im Verlaufe des Projekts grundsätzlich kaum verändert. Jedoch hat sich der Anteil der Eltern, die das Thema der Ernährung in der Schule als zu präsent erachtet, verringert. Zudem hat der Anteil der Eltern, die sich in der Schule für ihre Kinder mehr Bewegung wünschen, zugenommen. Daraus kann gefolgert werden, dass die Eltern den beiden Themen nach Abschluss des Projekts mehr Bedeutung beimessen.

I Verändertes Ernährungs- und Bewegungsverhalten

Das Ernährungsverhalten der Eltern respektive in den Familien hat sich aufgrund des Projekts kaum verändert, was insofern nicht erstaunlich ist, da die Eltern an den Veranstaltungen stärker ihr inhaltliches Wissen und weniger ihr Handlungswissen erweitern konnten. Die meisten Eltern geben zudem schon bei der Eingangsbefragung an, auf eine ausgewogene Ernährung zu achten und ungesunde Produkte nur selten zu konsumieren. Das Projekt scheint jedoch einige Eltern dazu motiviert zu haben, etwas weniger Süsses zu essen und mehr Milchprodukte zu konsumieren. Gleichzeitig hat der Konsum von Fertigprodukten im Projektverlauf etwas zugenommen. Hier wird deutlich, dass der Konsum von Nahrungsmitteln auch von externen Faktoren, wie etwa der Corona-Pandemie und des damit einhergehenden Lockdowns, beeinflusst und Effekte nicht nur auf das Projekt zurückgeführt werden können. Wie die Pandemie genau das Ernährungsverhalten verändert, kann im Rahmen der Evaluation jedoch nicht geklärt werden. Eine mögliche Erklärung für den erhöhten Konsum von Fertigprodukten liegt darin, dass Familien durch die Doppelbelastung von Beruf und Betreuung ihrer Kinder weniger Zeit für die Zubereitung von Mahlzeiten aufwenden können. Das persönliche Bewegungsverhalten hat sich hingegen leicht positiv verändert. Die Eltern geben bei der Endbefragung an, sich mehr zu bewegen und mehr Sport zu treiben als in der Eingangsbefragung. Auch hier ist nicht auszuschliessen, dass dieser Effekt auch auf den Corona-bedingten Lockdown zurückzuführen ist.

I Hinderliche und förderliche Faktoren

Die grösste Herausforderung für die Eltern besteht in der Umsetzung der gelernten Inhalte im Alltag (Zeitmangel, Gewohnheiten) und in der Motivation der Kinder, sich ausgewogen zu ernähren. Die bivariaten Analysen weisen zudem darauf hin, dass ältere und besser ausgebildete Eltern insgesamt stärker auf eine ausgewogene Ernährung achten. Da das Bildungsniveau der Eltern bei der Endbefragung im Schnitt etwas höher ist als bei der Eingangsbefragung, kann nicht ausgeschlossen werden, dass die positiven Effekte teilweise auch auf das erhöhte Bildungsniveau der Eltern respektive deren grös-

seren Achtsamkeit gegenüber einer ausgewogenen Ernährung zurückgeführt werden können.

4.1.4 Unmittelbare Wirkungen des Projekts auf die Schüler/-innen

Auch die Wirkungen des Projekts auf die Schüler/-innen können insgesamt als positiv beurteilt werden.

I Erweitertes Wissen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Aufgrund der Aussagen der Schüler/-innen lässt sich schlussfolgern, dass das Projekt zu einer Erweiterung des Wissens über eine ausgewogene Ernährung geführt hat. Die Lehrpersonen scheinen das Thema im Unterricht so umgesetzt zu haben, dass insbesondere ältere Schüler/-innen diesbezüglich gute Kenntnisse aufbauen konnten. Das Thema Bewegung wird von den Lehrpersonen vor allem in Form von Bewegungsaktivitäten im Unterricht integriert. Dies nehmen die Schüler/-innen jedoch nicht als Erweiterung ihrer Kenntnisse zu diesem Thema wahr.

I Veränderte Einstellungen zu den Themen Ernährung und Bewegung

Inwiefern sich die Einstellungen der Schüler/-innen aufgrund des Projekts verändert haben, ist schwierig zu beurteilen. Aufgrund der Aussagen der Schüler/-innen kann jedoch angenommen werden, dass die Thematisierung einer ausgewogenen Ernährung im Unterricht dazu geführt hat, dass gewisse Schüler/-innen vermehrt darauf achten, was und wie oft sie essen.

I Verändertes Ernährungs- und Bewegungsverhalten

Die Aussagen der Schüler/-innen weisen darauf hin, dass das Projekt durchaus das Potential hat, das Ernährungsverhalten der Schüler/-innen zu beeinflussen. Aufgrund der im Unterricht vermittelten Inhalte tauschen sich die Schüler/-innen vermehrt mit ihren Eltern zum Thema Ernährung aus und sie versuchen, mehr Früchte und Gemüse zu essen sowie mehr Wasser zu trinken. Eine langfristige Verhaltensänderung stellt jedoch sowohl aus Sicht der Eltern als auch aus Sicht der Lehrpersonen die grösste Herausforderung dar.

Auch das Bewegungsverhalten der Schüler/-innen im Unterricht kann durch das Projekt positiv beeinflusst werden. Dies geht aus den Angaben der Lehrpersonen sowie der Aussagen der Schüler/-innen hervor. Ob eine Veränderung stattfindet, hängt aber stark von der Lehrperson und deren Bereitschaft ab, Bewegungsaktivitäten im Unterricht zu integrieren. Das Bewegungsverhalten der Schüler/-innen in der Freizeit lässt sich durch das Projekt hingegen kaum beeinflussen.

4.1.5 Langfristige Wirkungen des Projekts auf die Schule

Langfristig hat das Projekt nur bedingt eine Wirkung auf die Schulen. Dies zeigt sich zum einen an der nicht prioritären Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung im Vergleich mit anderen Themen sowie an der geringen institutionellen Verankerung. Die Integration der Themen im Unterricht ist stark von der einzelnen Lehrperson, aber auch von der Schulleitung abhängig.

I Bedeutung der Themen Ernährung und Bewegung

Die Themen ausgewogene Ernährung und Bewegung sind zwar sowohl aus Sicht der Schulleitung als auch aus Sicht der Lehrpersonen wichtig für die Schule, es gibt aber Themen, die wichtiger sind (z.B. gesunde Schule/gesundes Schulklima, Früherkennung, Integration oder Schulentwicklung).

I Institutionelle Verankerung der Themen Ernährung und Bewegung

Deutlich wird, dass die Themen Ernährung und Bewegung in der Schule nach wie vor kaum institutionell verankert sind. In keiner der untersuchten Schule sind sie expliziter Bestandteil des Schulprogramms. Auch werden in den Schulen keine fixen finanziellen und personellen Ressourcen (z.B. Arbeitsgruppen) gesprochen für die Umsetzung dieser Themen. Nach der Teilnahme am Projekt wurden zu den Themen auch keine Weiterbildungen mehr durchgeführt. Das Thema Ernährung ist lediglich in Richtlinien und Handlungsempfehlungen bezüglich ausgewogener (Zwischen-)Mahlzeiten in der Schule institutionell verankert. Diese scheinen zwar wirksam zu sein, sind jedoch nicht auf das Projekt zurückzuführen. Wie stark die Themen Ernährung und Bewegung an der Schule verankert sind, hängt von der Schulleitung und den einzelnen Lehrpersonen ab.

I Integration von Ernährung und Bewegung im Unterricht

Die Ergebnisse der Nachhaltigkeitsstudie weisen darauf hin, dass die grosse Mehrheit der Lehrpersonen dem Thema ausgewogene Ernährung seit dem Projekt im Unterricht mehr Bedeutung beimisst. Bewegungsaktivitäten werden von den Lehrpersonen jedoch auch nach der Teilnahme am Projekt sehr unterschiedlich umgesetzt. Bei rund der Hälfte der Lehrpersonen hat sich diesbezüglich kaum etwas verändert. Das Projekt scheint also insbesondere langfristige Wirkungen bezüglich des Themas Ernährung, und weniger in Bezug auf Bewegung anzustossen.

I Hinderliche und förderliche Faktoren

Die Evaluation zeigt auf, dass nachhaltige Wirkungen auf Ebene der Schulen vor allem durch zwei Faktoren gehemmt respektive gefördert werden: Erstens gibt es in den Schulen teilweise viele Personalwechsel, was dazu führt, dass neue Schulleitende und Lehrpersonen in die Schulen kommen, die in der Schule nicht an dem Projekt teilgenommen haben und somit weniger für das Thema sensibilisiert sind. Die Ergebnisse der Nachhaltigkeitsstudie weisen jedoch darauf hin, dass Lehrpersonen, die nicht mehr an derselben Schule tätig sind, auch in der neuen Schule ihre Kenntnisse einbringen. Zweitens scheint die Schulleitung eine zentrale Rolle bezüglich langfristigen Wirkungen zu spielen. Vor allem hinsichtlich der Bedeutung von Bewegungsaktivitäten im Unterricht ist es entscheidend, wie stark die Schulleitung die Lehrpersonen zu diesem Thema sensibilisiert. Die Schulleitung ist es auch, welche die Institutionalisierung der Themen Ernährung und Bewegung in der Schule verantwortet. Sie ist für die nachhaltige Wirkung des Projekts deshalb von zentraler Bedeutung.

4.1.6 Allgemeine Zufriedenheit und Zukunft des Projekts

Die Zufriedenheit mit dem Projekt ist aus Sicht aller befragten Akteure insgesamt hoch. Das Interesse an weiteren Veranstaltungen hält sich jedoch in Grenzen. Weiter gibt es mehrere Optimierungsvorschläge.

I Zufriedenheit und erfüllte Erwartungen

Sowohl die Lehrpersonen als auch die Eltern sind mit den angebotenen Leistungen im Projekt insgesamt sehr zufrieden. Die Erwartungen an das Projekt konnten bei den Lehrpersonen grösstenteils erfüllt werden. Praktische Ideen zur Umsetzung von Bewegungsaktivitäten kamen aus Sicht gewisser Lehrpersonen etwas zu kurz. Die Erwartungen der Eltern wurden ebenfalls grösstenteils erfüllt. Die Mehrheit der Eltern hätte sich jedoch noch mehr Ideen zur Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung gewünscht.

I Gewünschtes Weiterbildungsformat und Interesse an weiteren Veranstaltungen

Die Evaluation macht deutlich, dass sowohl Lehrpersonen als auch Eltern es vorziehen würden, das Projekt innerhalb eines Jahres durchzuführen. Das Interesse an zusätzlichen Veranstaltungen zu den Themen Ernährung und Bewegung hält sich sowohl bei den

Lehrpersonen als auch bei den Eltern in Grenzen. Nur ein Drittel der Lehrpersonen würde gerne an einer weiteren Weiterbildung teilnehmen. Ein Kochkurs für Eltern und Kinder würde sowohl von Lehrpersonen als auch von Eltern begrüsst.

I Optimierungsmöglichkeiten

Aus Sicht der Lehrpersonen könnte das Projekt dahingehend optimiert werden, dass die Inhalte der Weiterbildung weiter ergänzt würden (bspw. durch das Thema der nachhaltigen Ernährung, Lebensmittelallergien, konkrete Umsetzungsideen). Zudem sollte die Weiterbildung stärker als Diskussionsplattform genutzt und Frontalunterricht minimiert werden. Die didaktische Unterstützung der Lehrpersonen bei der Umsetzung der gelernten Inhalte könnte verstärkt werden, die finanzielle Unterstützung flexibler gehandhabt werden. Aus Sicht der Eltern könnte das Projekt um weitere Formate ergänzt werden, in denen sich Eltern mit ihren Kindern austauschen können (bspw. Kochrezepte).

4.2 Empfehlungen

Basierend auf den Ergebnissen und Schlussfolgerungen der Evaluation werden zuhanden der Projektleitung insgesamt sechs Empfehlungen für die Weiterentwicklung des Projekts abgeleitet. Diese lassen sich vier übergeordneten Empfehlungen subsumieren: Differenzierung der Weiterbildungsinhalte und der Settings, Fokussierung auf Austausch und Vermittlung von Handlungswissen, Ausweitung der Zielgruppe und Stärkung der Kooperation.

4.2.1 Differenzierung der Weiterbildungsinhalte und der Settings

Die Evaluation zeigt auf, dass die Inhalte der Weiterbildungen und Abendveranstaltungen den Lehrpersonen grösstenteils schon bekannt waren, diese aber an weiterführenden Inhalten interessiert wären. Die Lehrpersonen wären interessiert an Themen wie beispielsweise Lebensmittellabels, Lebensmittelwerbung, vegetarische Ernährung und verschiedene Allergien und Unverträglichkeiten beziehungsweise Krankheiten. Geschätzt würden auch noch mehr konkrete Ideen zur Umsetzung von Bewegungsaktivitäten im Unterricht. Auch gewisse Eltern wären an einer Auseinandersetzung mit weiteren Inhalten interessiert. Folgende Themen wären für die Eltern unter anderem interessant: Nachhaltige Ernährung, Bio-Label, 0-Kilometer-Speisen, Fleischkonsum und Entwaldung, Wasserfussabdruck von Lebensmitteln. Zudem wären die Eltern froh um weitere Ideen zur praktischen Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung (Rezepte, Ideen für gesundes Frühstück) und um Hinweise dazu, wie man Kinder für eine ausgewogene Ernährung motivieren kann. Dies führt uns zu Empfehlung 1.

I Empfehlung 1: Differenzierung der Weiterbildungsinhalte und des Settings

Die Inhalte einer zukünftigen Weiterbildung von Lehrpersonen respektive von zukünftigen Veranstaltungen für Eltern sind weiter auszudifferenzieren. Die Veranstaltungen sollten sich noch stärker am Bedarf der Lehrpersonen und der Eltern ausrichten. Dies ist jedoch nur möglich, wenn auch das Setting ausdifferenziert wird. Empfohlen wird, dass die Weiterbildungen und Veranstaltungen über mehrere Schulen hinweg angeboten werden und nicht auf das Setting der Einzelschule beschränkt bleiben. Ob die Weiterbildung von allen Lehrpersonen einer Schule besucht werden soll, hängt von der Schulentwicklungsstrategie der Einzelschule ab und soll von dieser weiterhin entschieden werden können. Die Evaluation zeigt, dass eine Mehrheit der Lehrpersonen bereit wäre, auch an Weiterbildungen ausserhalb der eigenen Schule teilzunehmen. Auch für die Mehrheit der Eltern ist es nicht zwingend, dass die Veranstaltungen im eigenen Schulhaus stattfinden müssen. Ein schulübergreifendes Setting würde erlauben, die Inhalte der Veranstaltungen weiter auszudifferenzieren und an die spezifischen Interessen der Eltern anzupassen. Dabei empfehlen wir, die Interessen auch jener Eltern einzuholen, die bisher an keiner Veranstaltung des Projekts teilgenommen haben. Zu wissen, was diese Eltern beschäftigt, ist eine wichtige Voraussetzung, um mit dem Projekt die Zielgruppe der Eltern zu vergrössern.

4.2.2 Fokussierung auf Austausch und Vermittlung von Handlungswissen

Die Evaluation zeigt auf, dass für die Lehrpersonen die grösste Herausforderung darin besteht, das gelernte Wissen in die Praxis umzusetzen. Aus Sicht der Lehrpersonen werden die Weiterbildungen teilweise noch als zu frontal und theoretisch erachtet. Die Weiterbildungen könnten aus Sicht der Lehrpersonen mehr als Diskussionsveranstaltung gestaltet werden, in der Aspekte der praktischen Umsetzung besprochen werden. Dies führt uns zu Empfehlung 2.

I Empfehlung 2: Förderung des Austausches und des Handlungswissens bei Lehrpersonen

Zukünftige Weiterbildungsformate für Lehrpersonen sollten vermehrt daraufhin ausgerichtet sein, dass sie den Austausch und die Diskussion zwischen Lehrpersonen fördern. Im Rahmen eines gegenseitigen Austausches können Lehrpersonen ihre eigene Praxis reflektieren und Hinweise dazu erhalten, wo und wie sie konkret eine Verhaltensänderung initiieren können. Die Diskussion zu Chancen und Herausforderungen im Umgang mit den Themen Ernährung und Bewegung im Unterricht schärft auch die eigene Einstellung dazu und das Rollenverständnis darin.

Die Evaluation zeigt auf, dass die Lehrpersonen die Möglichkeit der didaktischen Unterstützung sehr geschätzt haben und sich eine didaktische Beratung und Begleitung auch in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule vorstellen könnten. Weiter wäre es für gewisse Lehrpersonen nützlich, dass sie Experten/-innen in ihren Unterricht einladen könnten. Dies führt uns zu Empfehlung 3.

I Empfehlung 3: Intensivierung und Differenzierung der didaktischen Unterstützung von Lehrpersonen

Die didaktische Unterstützung der Lehrpersonen bei der Umsetzung des Gelernten im Unterricht sollte nach Möglichkeit verstärkt werden. Hierzu soll geprüft werden, inwiefern Kooperationen mit Fachleuten der Pädagogischen Hochschule und weiteren Experten/-innen zur Beratung und Begleitung der Lehrpersonen eingegangen werden können. Das Angebot an Beratung und Unterstützung sollte sich dabei primär nach dem Bedarf der Lehrperson, und weniger nach dem Bedarf der ganzen Schule richten. Dies ausgehend von dem Gedanken, dass nicht alle Lehrpersonen sich mit allen Themen gleichermaßen intensiv auseinandersetzen müssen, sondern dass im Rahmen neuer Berufsaufträge verstärkt eine Differenzierung und Professionalisierung der Lehrpersonen nach Interessen und Stärken erfolgt.

Deutlich wird aus der Evaluation, dass auch für die Eltern die grösste Herausforderung darin besteht, das Gelernte im Familienalltag umzusetzen. Die Eltern, die an den Veranstaltungen teilnehmen, haben jedoch teilweise bereits ein grosses Vorwissen und eine hohe Bereitschaft zur Umsetzung der Themen Ernährung und Bewegung. Die Eltern fänden es aber interessant, sich mit anderen Eltern und deren Kindern vermehrt zu beiden Themen auszutauschen und Ideen zur praktischen Umsetzung zu erhalten. Dies führt uns zu Empfehlung 4.

I Empfehlung 4: Förderung des Austausches und des Handlungswissens bei Eltern

Zukünftige Formate eines Projekts sollten den Fokus noch stärker auf die Förderung des Handlungswissens der Eltern ausrichten, das auf den bereits vorhandenen Ressourcen aufbaut. Hierbei sind insbesondere partizipative und informelle respektive niederschwellige Formate hilfreich, in denen der Austausch und die Diskussion zwischen Eltern gefördert wird. Zu denken ist dabei auch an die Nutzung digitaler Medien und sozialer Netzwerke, in denen sich interessierte Eltern selbst organisieren und zu den Themen vernetzen und austauschen können (bspw. Austausch von Rezepten). Zu überlegen ist auch, inwiefern weitere Formate des Austausches zu den beiden Themen angeboten werden könnten, die den Eltern konkrete Hilfestellungen im Alltag bieten. Möglich wären beispielsweise gemeinsame Kochkurse von Eltern und Kindern oder gemeinsame Bewegungsaktivitäten.

4.2.3 Ausweitung der Zielgruppe

Im bisherigen Projekt waren die Lehrpersonen und die Eltern die Adressaten der Leistungen. Für die Schulleitenden wurden bisher keine Leistungen angeboten. Die meisten Schulleitenden sehen zwar selbst keinen weiteren Bedarf an Unterstützung, um eine gesundheitsfördernde Schule umsetzen zu können. Jedoch zeigen die Ergebnisse der Lehrpersonenbefragung, dass die Schulleitung eine zentrale Rolle bezüglich der Sensibilisierung der Lehrpersonen zu gesundheitsförderlichen Themen spielt. Die Schulleitung ist es auch, welche die Institutionalisierung der Themen Ernährung und Bewegung in der Schule verantwortet. Sie ist für die nachhaltige Wirkung des Projekts deshalb von zentraler Bedeutung. Dabei muss jedoch berücksichtigt werden, dass die Themen Ernährung und Bewegung für die Schulleitenden nicht prioritär sind, sondern sich diese im Rahmen ihrer Führungsaufgabe und der in der Schule vorgesehenen Schulentwicklungsmaßnahmen bereits mit anderen Themen befassen, die für sie wichtiger sind. Damit die Themen Ernährung und Bewegung in der Schule nachhaltig verankert sind, braucht es die Verankerung der Themen im Schulprogramm und personelle und finanzielle Ressourcen, die die Umsetzung der Themen in der Schule gewährleisten. Dies insbesondere

auch vor dem Hintergrund möglicher Personalwechsel in der Schulleitung. Dies führt uns zu Empfehlung 5.

I Empfehlung 5: Unterstützung der Schulleitung zur Institutionalisierung der Themen Ernährung und Bewegung in der Schule

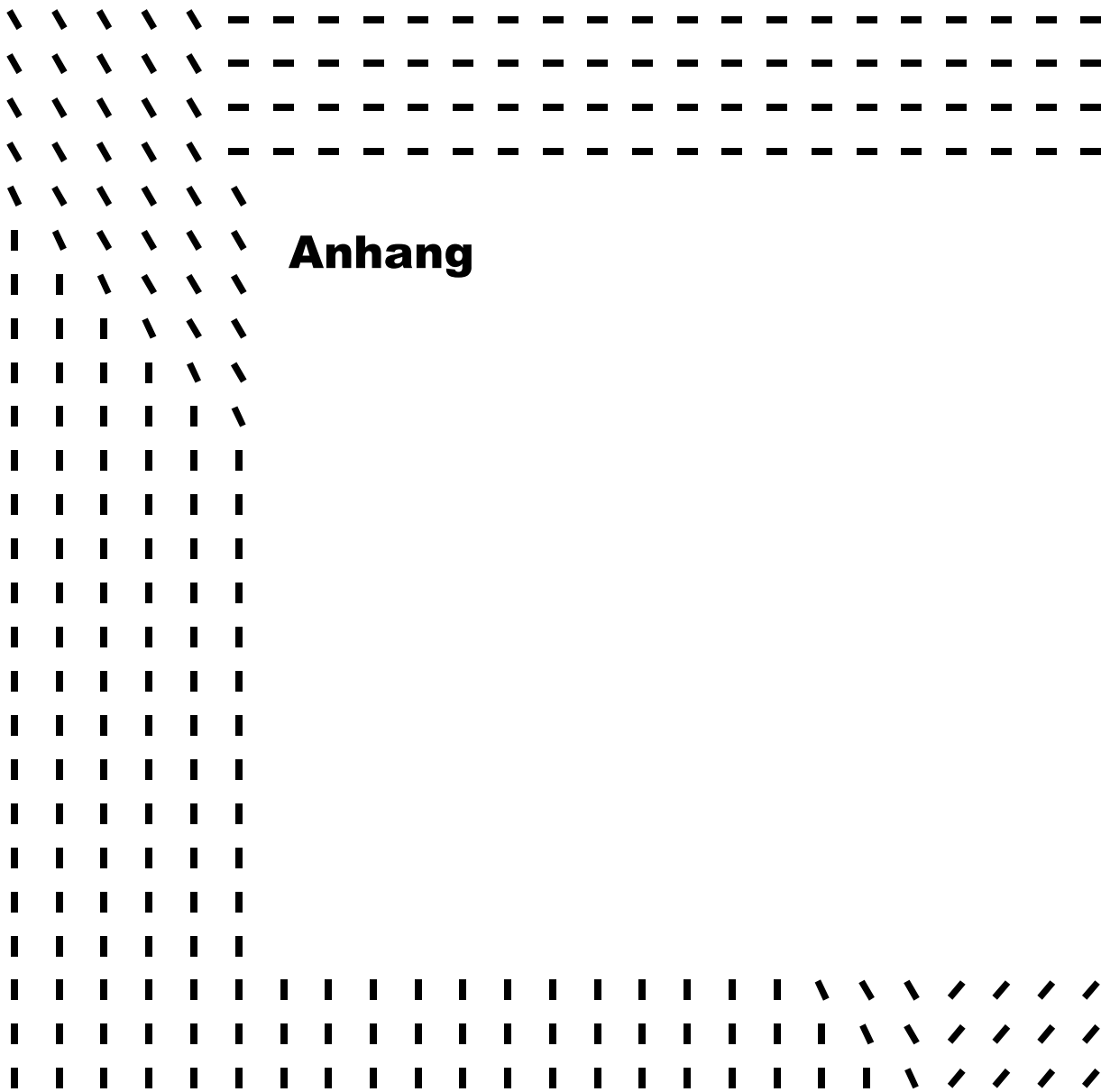
Wir empfehlen im Rahmen der Projektkonzeption zu prüfen, inwiefern die Schulleitenden verstärkt für die Themen Ernährung und Bewegung sensibilisiert werden und darin unterstützt werden könnten, die Themen Ernährung und Bewegung nachhaltig in ihrer Schule zu verankern. Zu überlegen ist beispielsweise, inwiefern Schulleitende darin ermutigt werden können, die Schule an das Schweizerische Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen (Schulnetz21) oder ein vergleichbares Label heranzuführen. Die finanzielle Unterstützung, die bisher an die Teilnahme am Projekt gekoppelt war, könnten an Bedingungen geknüpft werden, die noch stärker auf die Verhältnisprävention und weniger auf die Verhaltensprävention ausgerichtet sind, was nachhaltigere Wirkungen verspricht. Dazu gehört beispielsweise die Vorlage, in der Schule eine Lehrperson als Themenhüter/-in respektive als Gesundheitsverantwortliche/-n einzusetzen, der oder die dafür sorgt, dass die Themen Ernährung und Bewegung in der Schule langfristig umgesetzt werden. Diese Person könnte auch die Gesuche von Lehrpersonen zur finanziellen Unterstützung bei der Bestellung von Spielmaterialien oder Büchern zum Thema Ernährung und Bewegung abwickeln und verantworten. Die Schulleitenden würden dadurch von der Umsetzung zweier Themen entlastet, die sie grundsätzlich als bedeutsam erachten.

4.2.4 Stärkung der Kooperation

Die Evaluation zeigt auf, dass sowohl Lehrpersonen als auch Eltern an weiteren Inhalten und Formaten zu den Themen Ernährung und Bewegung Interesse haben. Die Interessen sind jedoch sehr divers und teilweise sehr spezifisch. Dieser Bedarf kann mit einem Projekt allein nicht abgedeckt werden. Um der Heterogenität des Bedarfs gerecht zu werden, ist es deshalb nötig, das Projekt noch stärker in der Angebotslandschaft zu verankern und bestehende Kooperationspartnerschaften zu erweitern beziehungsweise zu intensivieren. Dies führt uns zur letzten Empfehlung 6.

I Empfehlung 6: Stärkung der Zusammenarbeit mit potenziellen Kooperationspartnern

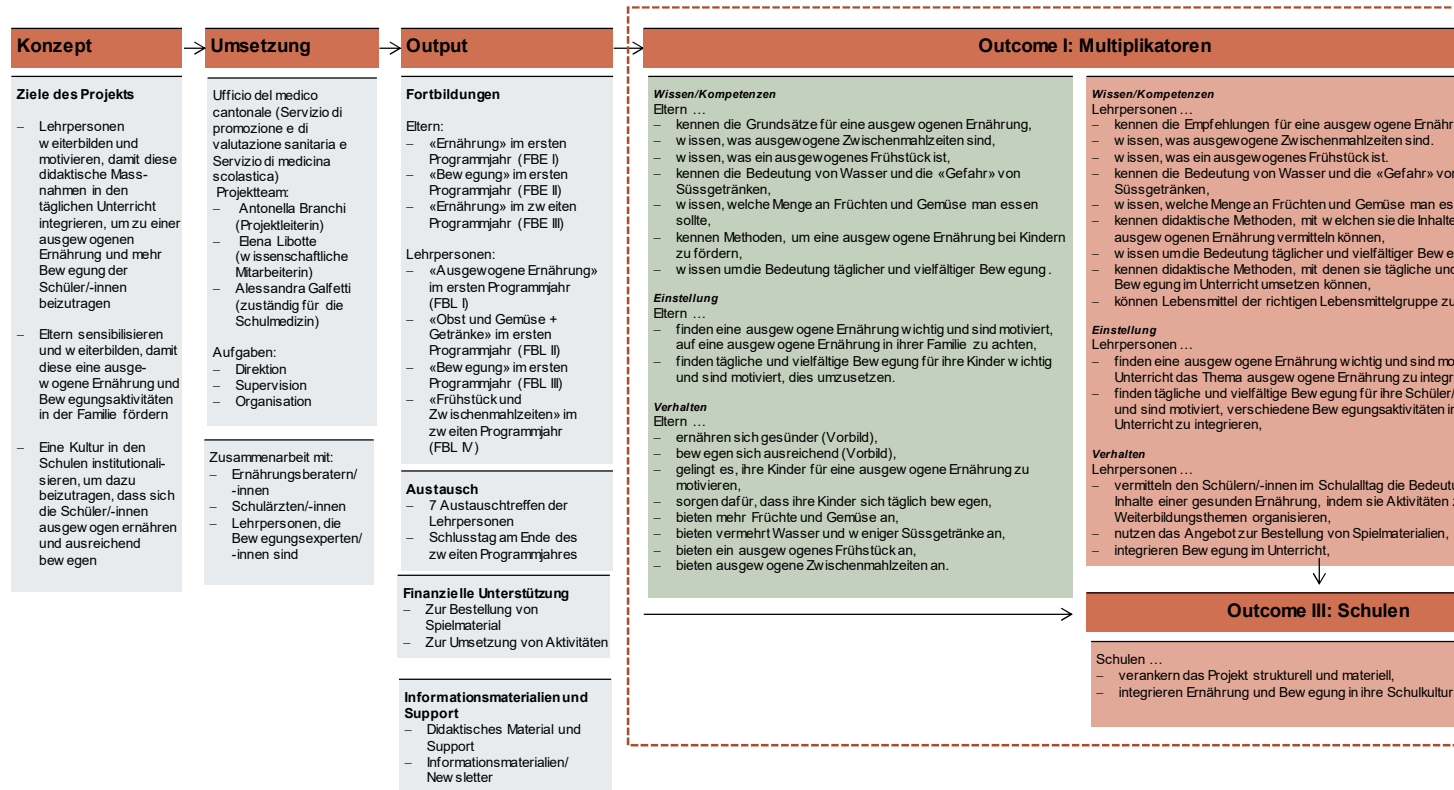
Zur Differenzierung von Inhalten und Formaten empfehlen wir, die Zusammenarbeit mit potenziellen Kooperationspartnern zu prüfen. Für die Umsetzung des Themas «Lebensmittelwerbung» würde sich beispielsweise die Stiftung für Konsumentenschutz anbieten. Das aha! Allergiezentrum Schweiz könnte zum Thema Allergien einen Beitrag leisten. Von den Lehrpersonen explizit erwähnt wird eine erwünschte Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule im Tessin sowie mit weiteren bereits bestehenden Projekten der Gesundheitsförderung.



A 1 Wirkungsmodell

Im Folgenden wird das Wirkungsmodell zur Evaluation des Projektes «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!» dargestellt.

DA 1: Wirkungsmodell Evaluation «Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!»



Legende: Die gestrichelte Linie umfasst den zentralen Evaluationsgegenstand.

Quelle: Darstellung Interface.

A 2 Interviewpartner/-innen

A 2.1 Teilnehmende der Fokusgruppeninterviews

DA 2: Teilnehmende der Fokusgruppen in Schule 1

<i>Schüler/-innen</i>		<i>Eltern</i>			<i>Lehrpersonen</i>		
<i>Geschlecht</i>	<i>Klasse</i>	<i>Geschlecht</i>	<i>Teilnahme an Abendveranstaltung Ernährung</i>	<i>Teilnahme an Abendveranstaltung Bewegung</i>	<i>Geschlecht</i>	<i>Funktion</i>	<i>Klasse</i>
W	2 A	W	x		M	Klassenlehrperson	1 A
M	2 A	W	x	x	W	Klassenlehrperson	2 A
M	2 A	W	x	x	M	Klassenlehrperson	3 A
W	3 A	W	x	x	W	Klassenlehrperson	3 B
W	4 A	W	x		W	Klassenlehrperson	4 A
W	4 B				W	Klassenlehrperson	4 A
W	4 B				W	Klassenlehrperson	4 B
M	4 B				M	Sportlehrperson	-

Legende: W = weiblich, M = männlich. x = Die Person hat an der entsprechenden Abendveranstaltung teilgenommen.

Quelle: Darstellung Interface.

DA 3: Teilnehmende der Fokusgruppen in Schule 2

<i>Schüler/-innen</i>		<i>Eltern</i>			<i>Lehrpersonen</i>		
<i>Geschlecht</i>	<i>Klasse</i>	<i>Geschlecht</i>	<i>Teilnahme an Abendveranstaltung Ernährung</i>	<i>Teilnahme an Abendveranstaltung Bewegung</i>	<i>Geschlecht</i>	<i>Funktion</i>	<i>Klasse</i>
W	3	W	x		W	Lehrperson	KG
M	4	W	x		W	Lehrperson	KG
W	4	W	x	x	W	Klassenlehrperson	1-2
M	4	W	x	x	W	Klassenlehrperson	3-4
W	5	W	x		W	Klassenlehrperson	5
W	5	W	x		W	Klassenlehrperson	1-5
M	5				W	Klassenlehrperson	1-5
M	5				M	Sportlehrer	-

Legende: W = weiblich, M = männlich, KG = Kindergarten. x = Die Person hat an der entsprechenden Abendveranstaltung teilgenommen.

Quelle: Darstellung Interface.

A 2.2 Interviewte Schulleitende/Schulen

DA 4: Interviewte Schulleitende/Schulen

<i>Schule</i>	<i>Gemeinde</i>
Scuola elementare	Faido
Scuola elementare	Osogna
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Isonne Medeglia
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Cureglia/Porza
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Sonvico
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Novazzano
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Davesco
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Capriasca
Scuola dell'infanzia	Centro infanzia Arnaboldi
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Lavertezzo
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Canobbio
Scuola dell'infanzia e scuola elementare	Airolo

Quelle: Darstellung Interface.

A 3 Stichproben

A 3.1 Stichprobe Längsschnittbefragung Lehrpersonen

DA 5: Stichprobe Längsschnittbefragung Lehrpersonen

	<i>Eingangsbefragung (N = 21)</i>	<i>Endbefragung (N = 14)</i>
Geschlecht		
männlich	19%	21%
weiblich	81%	79%
Durchschnittsalter	41 Jahre	40 Jahre
Schulstufe		
Kindergarten	11%	14%
Primar Unterstufe (1. Zyklus)	28%	7%
Primar Oberstufe (2. Zyklus)	44%	64%
Stufenübergreifend	17%	14%

Quelle: Darstellung Interface.

A 3.2 Stichprobe Längsschnittbefragung Eltern

DA 6: Stichprobe Längsschnittbefragung Eltern

	<i>Eingangsbefragung (N = 57)</i>	<i>Endbefragung (N = 27)</i>
Schule		
Ponte Capriasca	70%	65%
Brissago - Ronco	30%	35%
Geschlecht		
männlich	11%	4%
weiblich	89%	96%
Durchschnittsalter		
	41 Jahre	43 Jahre
Ausbildung		
Obligatorische Schule (Sekundarstufe I)	4%	7%
Sekundarstufe II (Berufslehre, Gymnasium)	44%	19%
Höhere Ausbildung (Universität, Fachhochschule, höhere Berufsbildung)	52%	74%

Quelle: Darstellung Interface.

Stichprobe Nachhaltigkeitsstudie Lehrpersonen

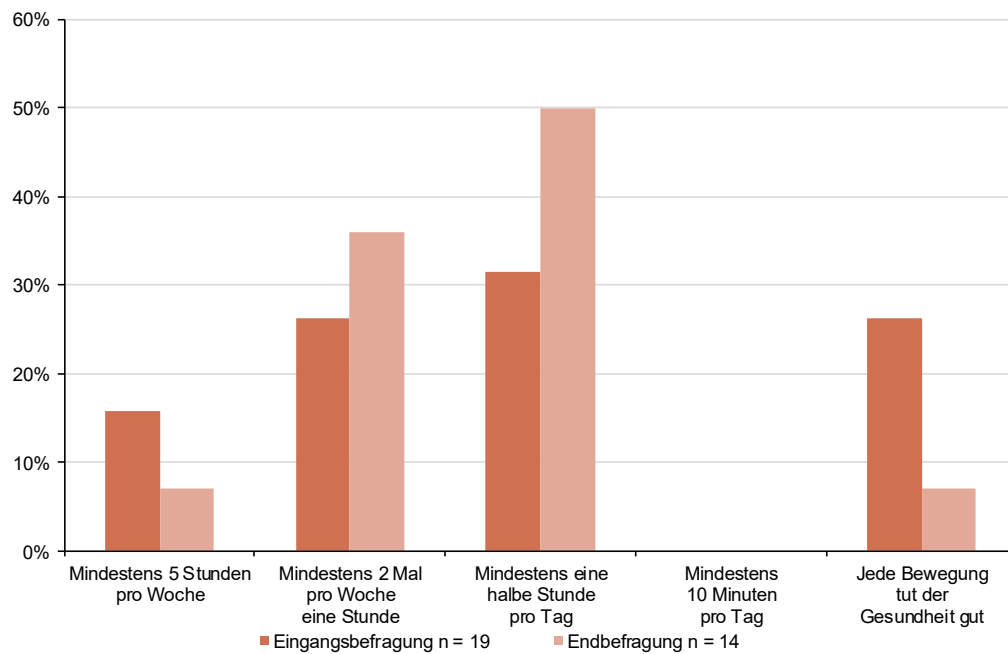
DA 7: Stichprobe Nachhaltigkeitsstudie (N = 47)

Geschlecht	
weiblich	81%
männlich	19%
Durchschnittsalter	
	50 Jahre
Schulstufe	
Kindergarten	30%
Primar Unterstufe (1. Zyklus)	6%
Primar Oberstufe (2. Zyklus)	17%
stufenübergreifend	47%

Quelle: Darstellung Interface.

A 4 Ergebnisse der Längsschnittstudie – Lehrpersonenbefragung

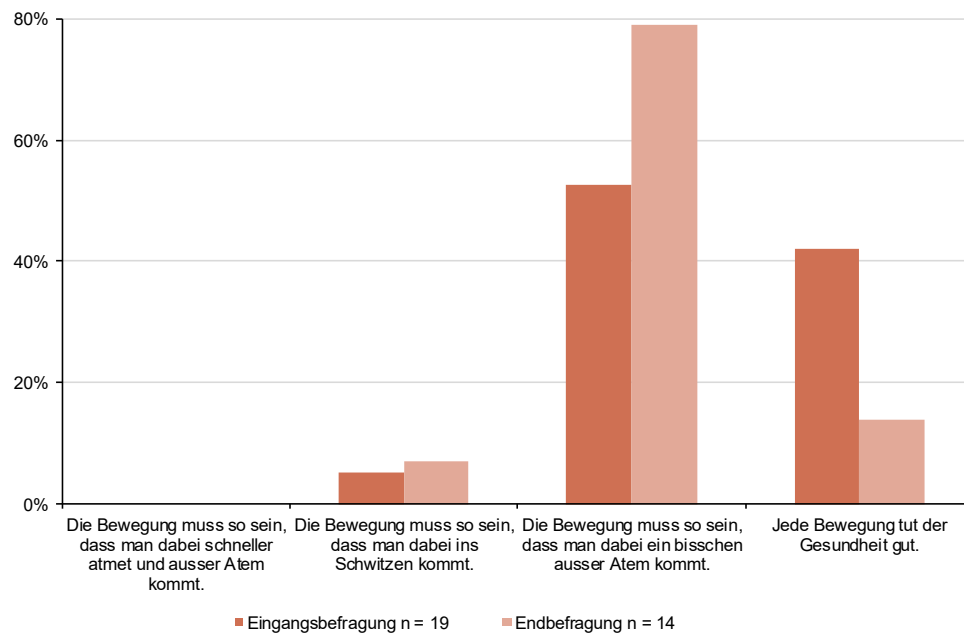
DA 8: Kenntnisse Lehrpersonen Bewegungsempfehlung 1 (Dauer und Regelmässigkeit der Bewegungsaktivität)



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Lehrpersonenbefragung Längsschnittstudie.

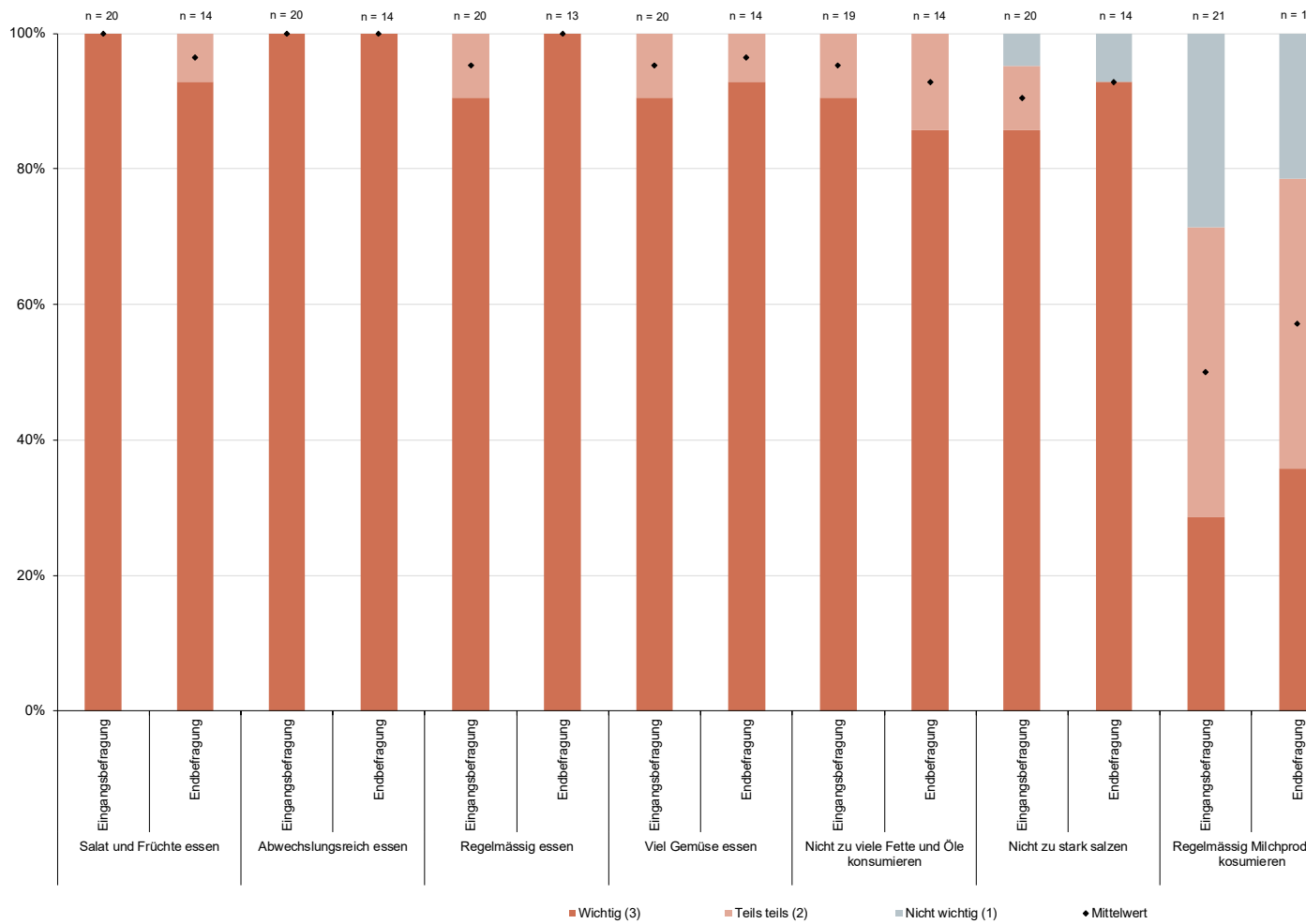
DA 9: Kenntnisse Lehrpersonen Bewegungsempfehlung 2 (Intensität der Bewegungsaktivität)



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

DA 10: Bedeutung von Ernährungsempfehlungen für die Lehrpersonen (1)

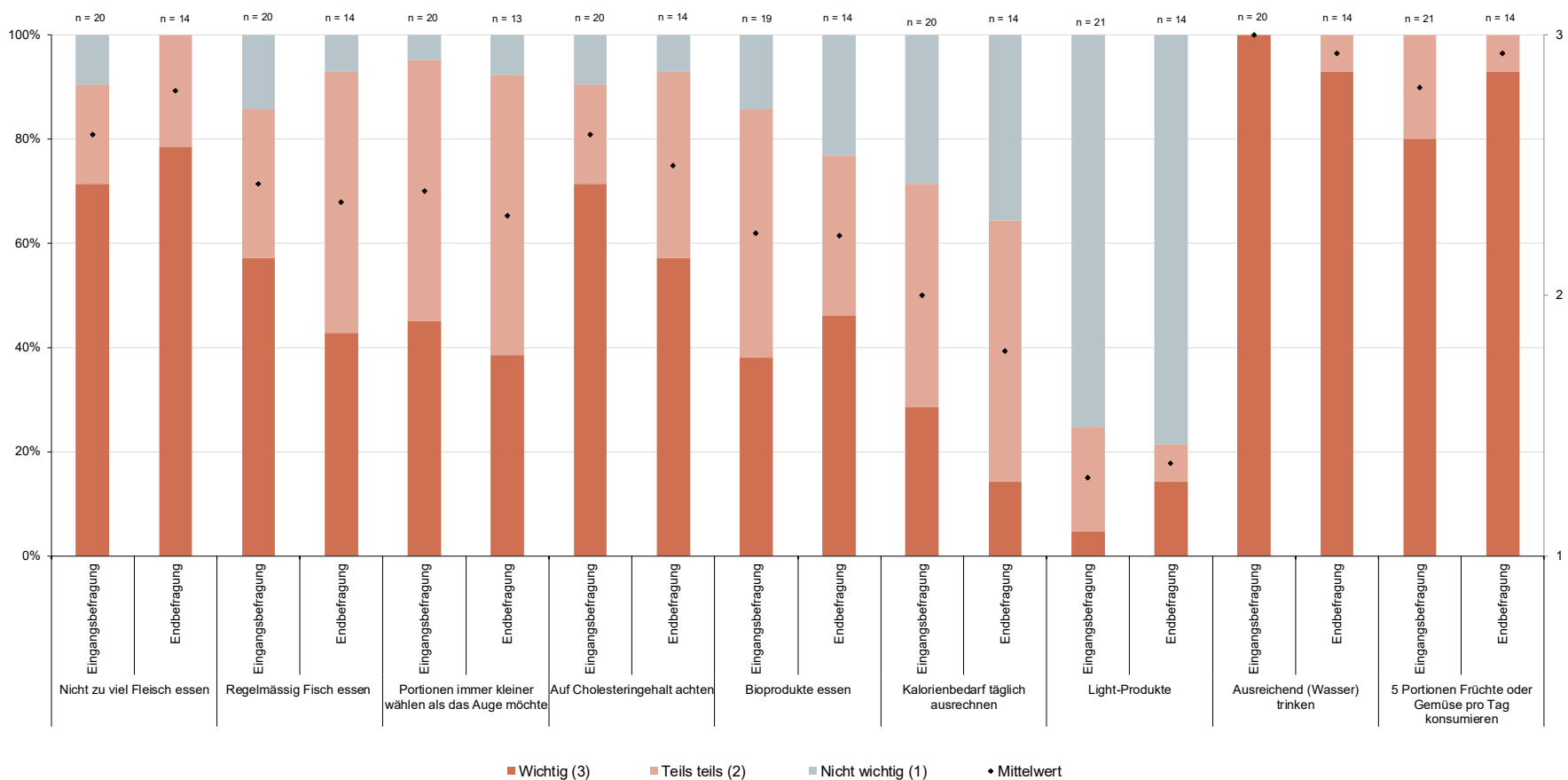


Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!

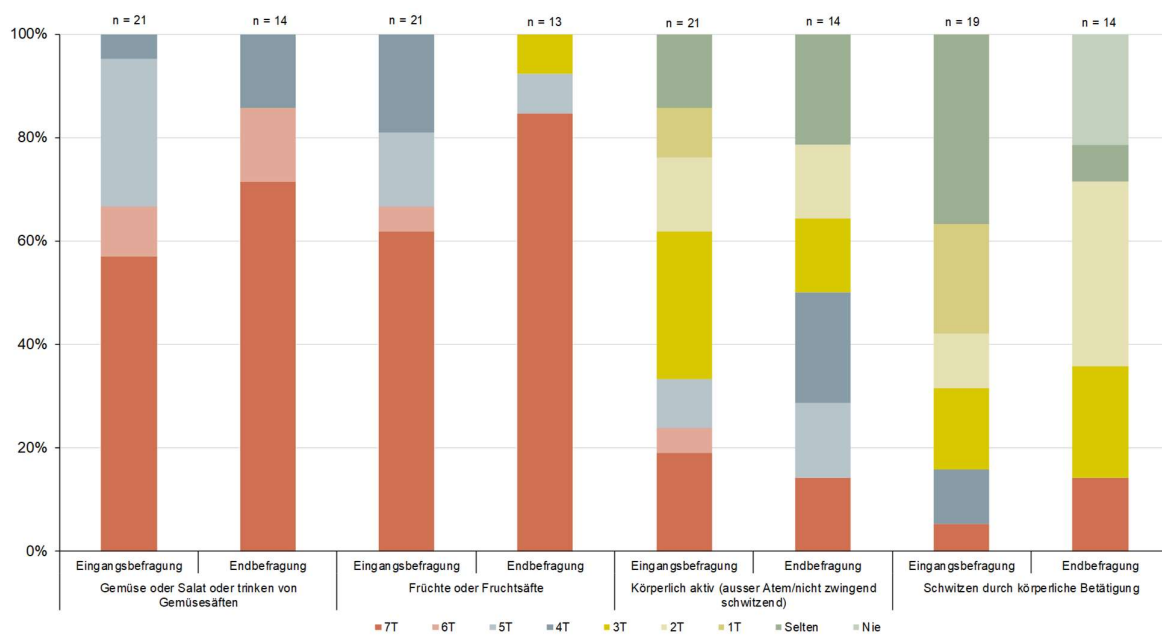
DA 11: Bedeutung von Ernährungsempfehlungen für die Lehrpersonen (2)



Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

DA 12: Persönliches Ernährungs- und Bewegungsverhalten

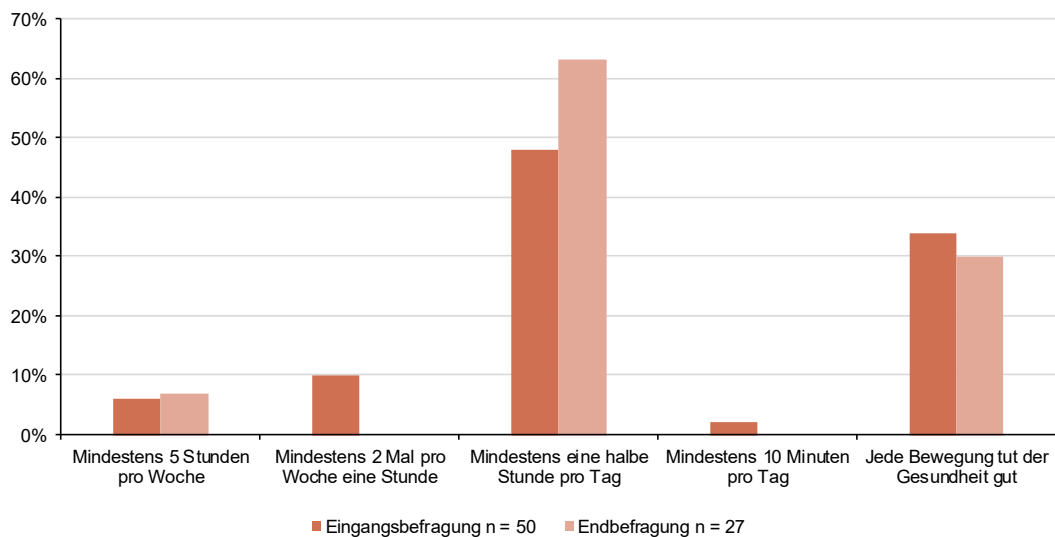


Legende: Eingangsbefragung: N = 21, Endbefragung: N = 14.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Lehrpersonenbefragung.

A 5 Ergebnisse der Längsschnittstudie – Elternbefragung

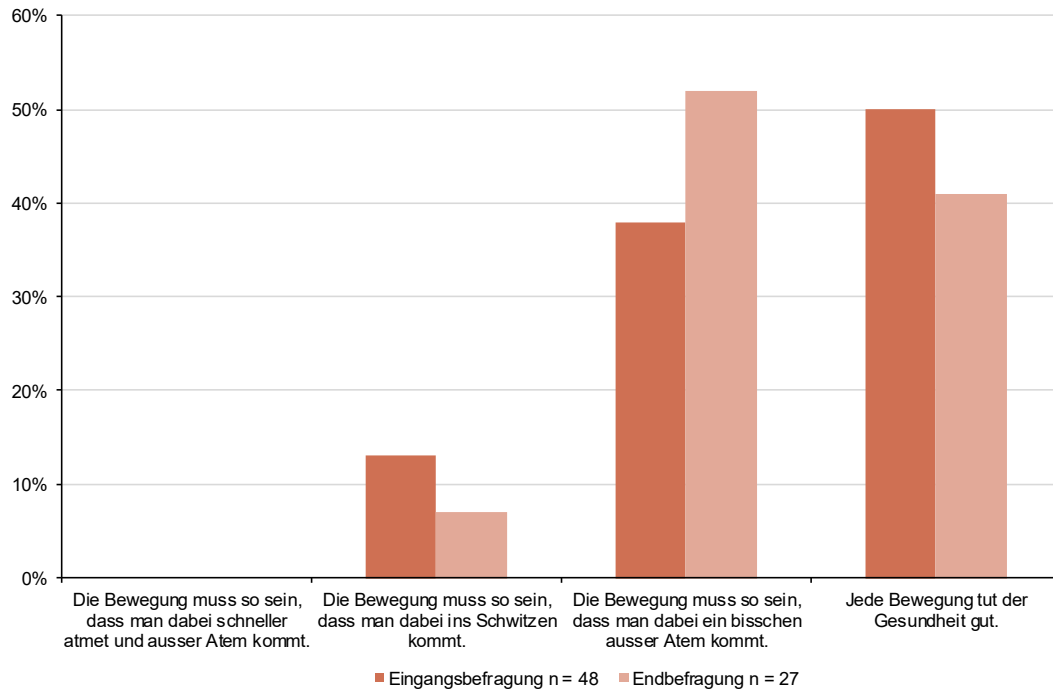
DA 13: Kenntnisse Eltern Bewegungsempfehlung 1 (Dauer und Regelmässigkeit der Bewegungsaktivität)



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

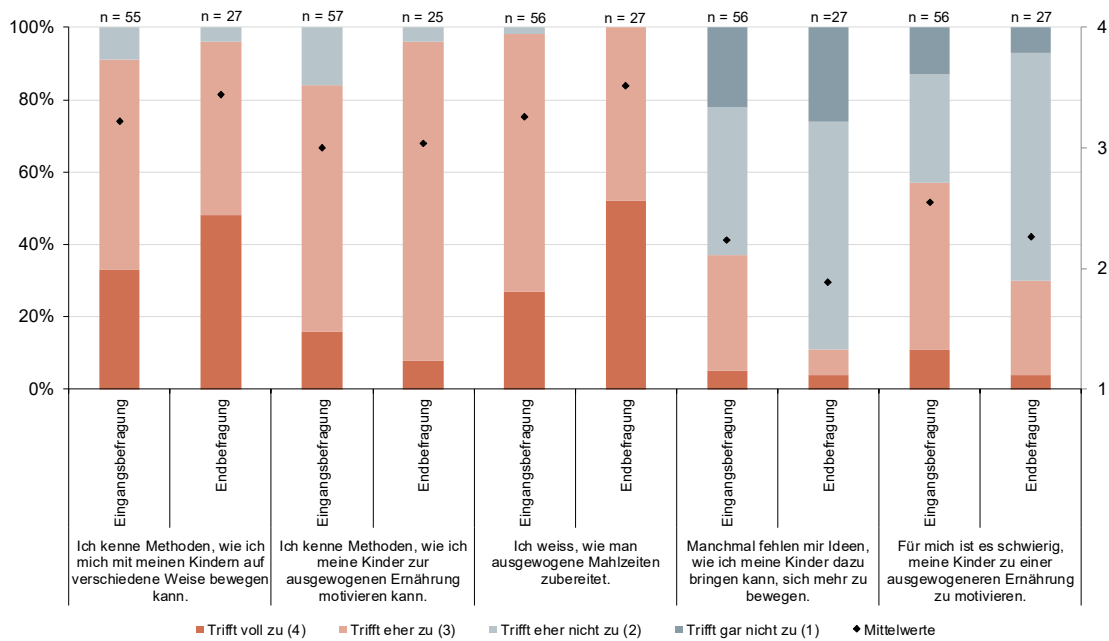
Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

DA 14: Kenntnisse Eltern Bewegungsempfehlung 2 (Intensität der Bewegungsaktivität)



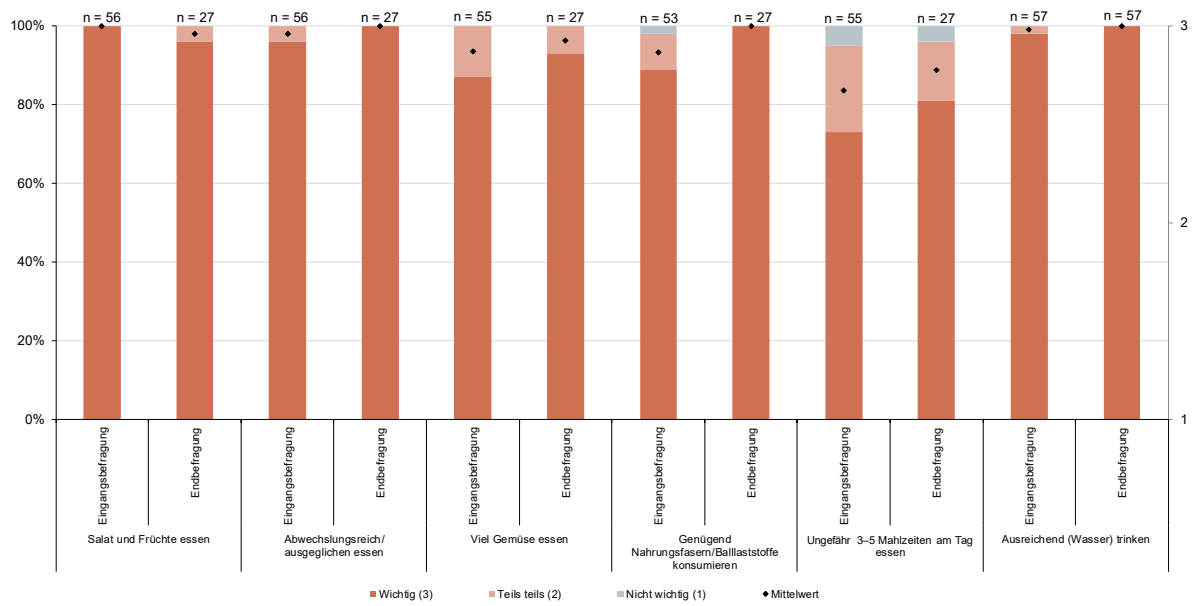
Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.
 Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

DA 15: Kenntnisse Eltern zum Thema ausgewogene Ernährung und vielseitige Bewegung



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.
 Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

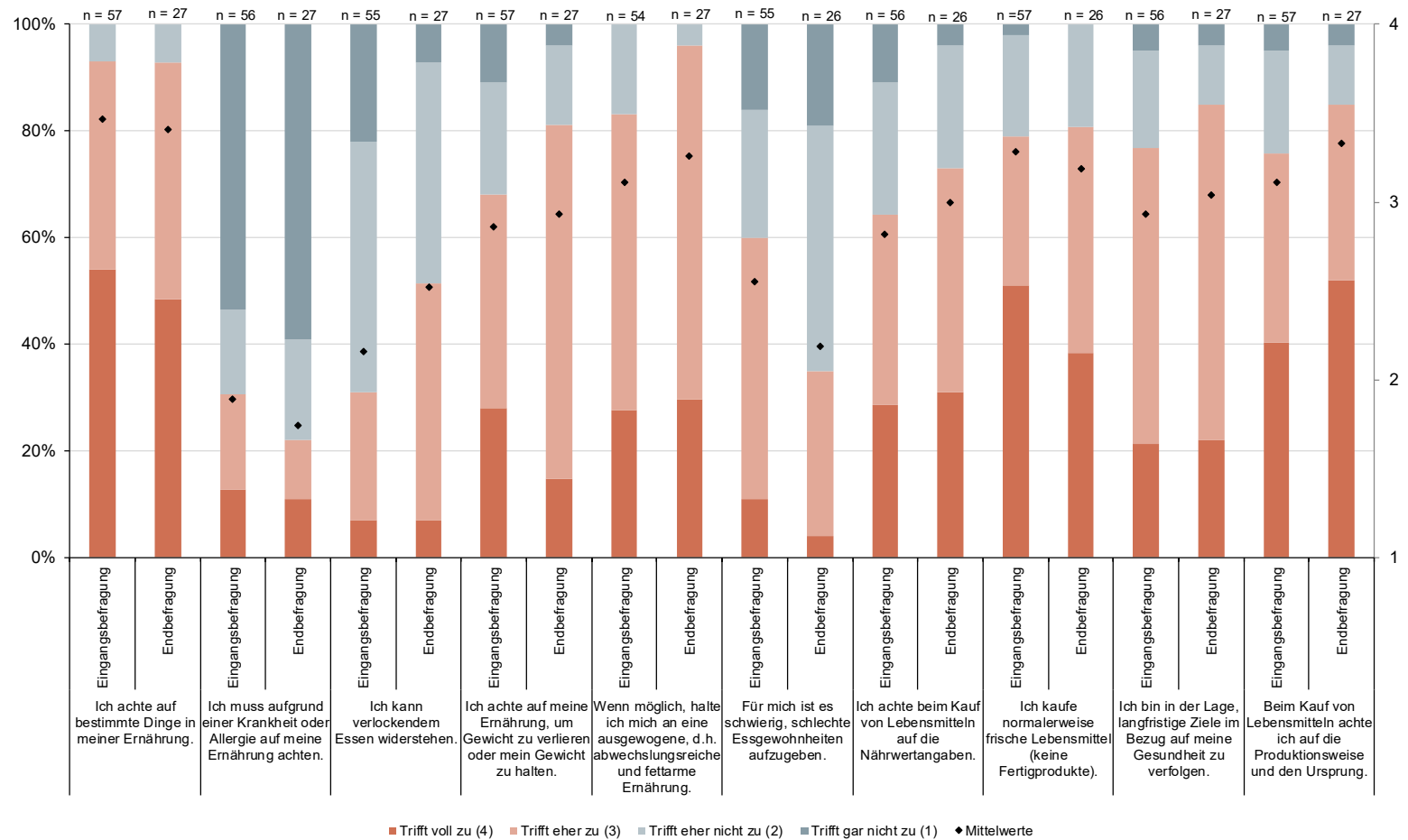
DA 16: Bedeutung Ernährungsempfehlungen für die Eltern



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

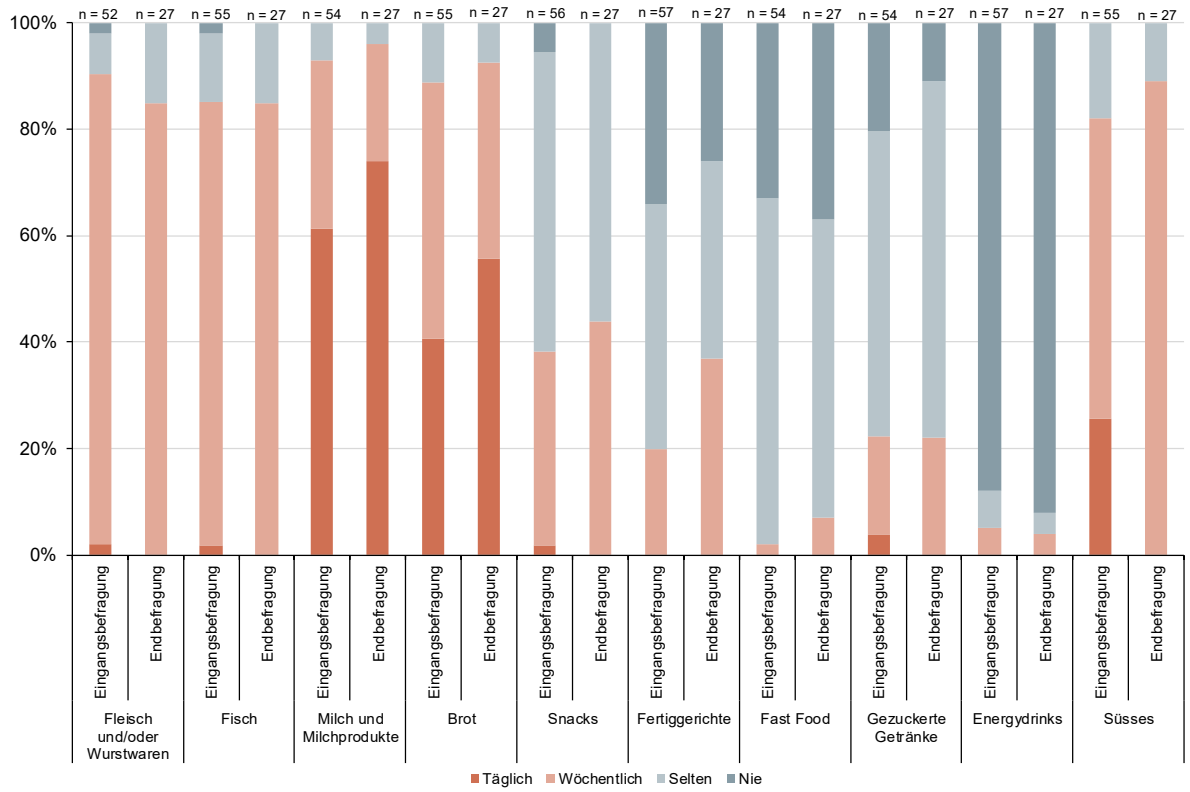
DA 17: Ernährungsverhalten der Eltern



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

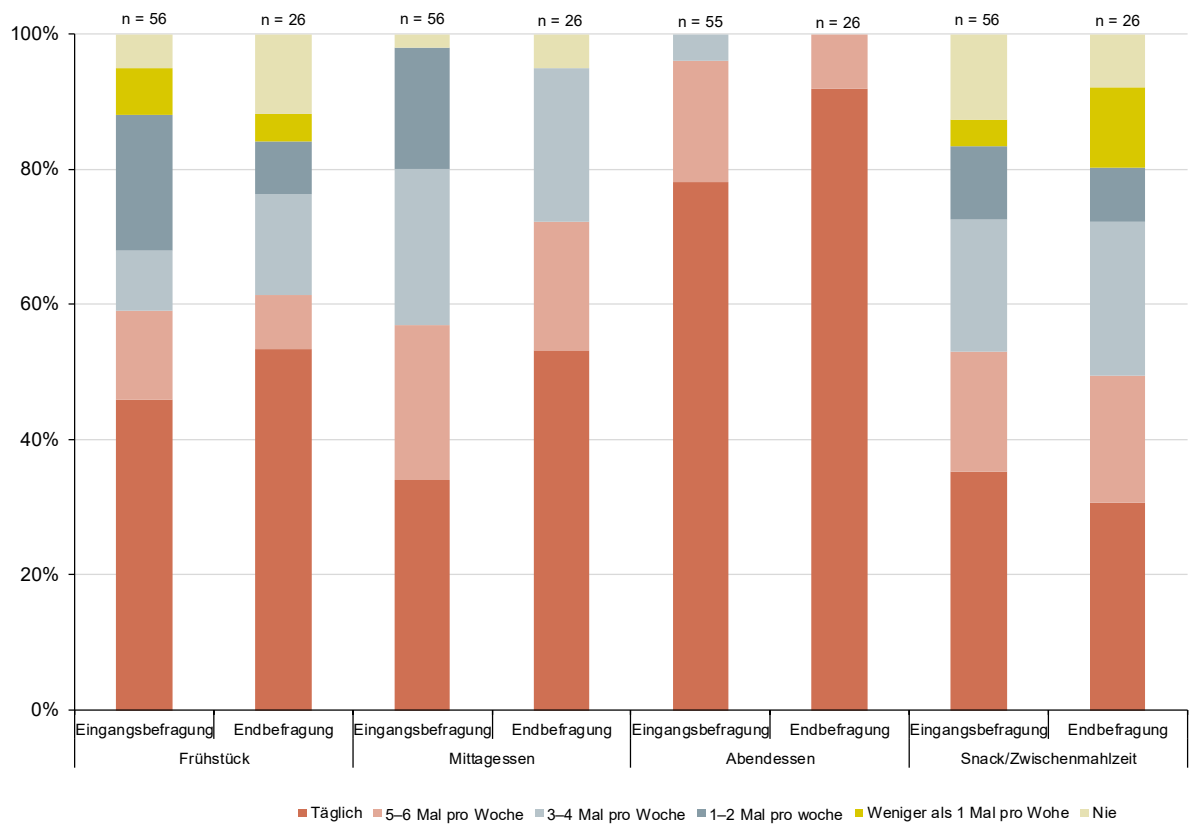
DA 18: Konsum von Nahrungsmitteln



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

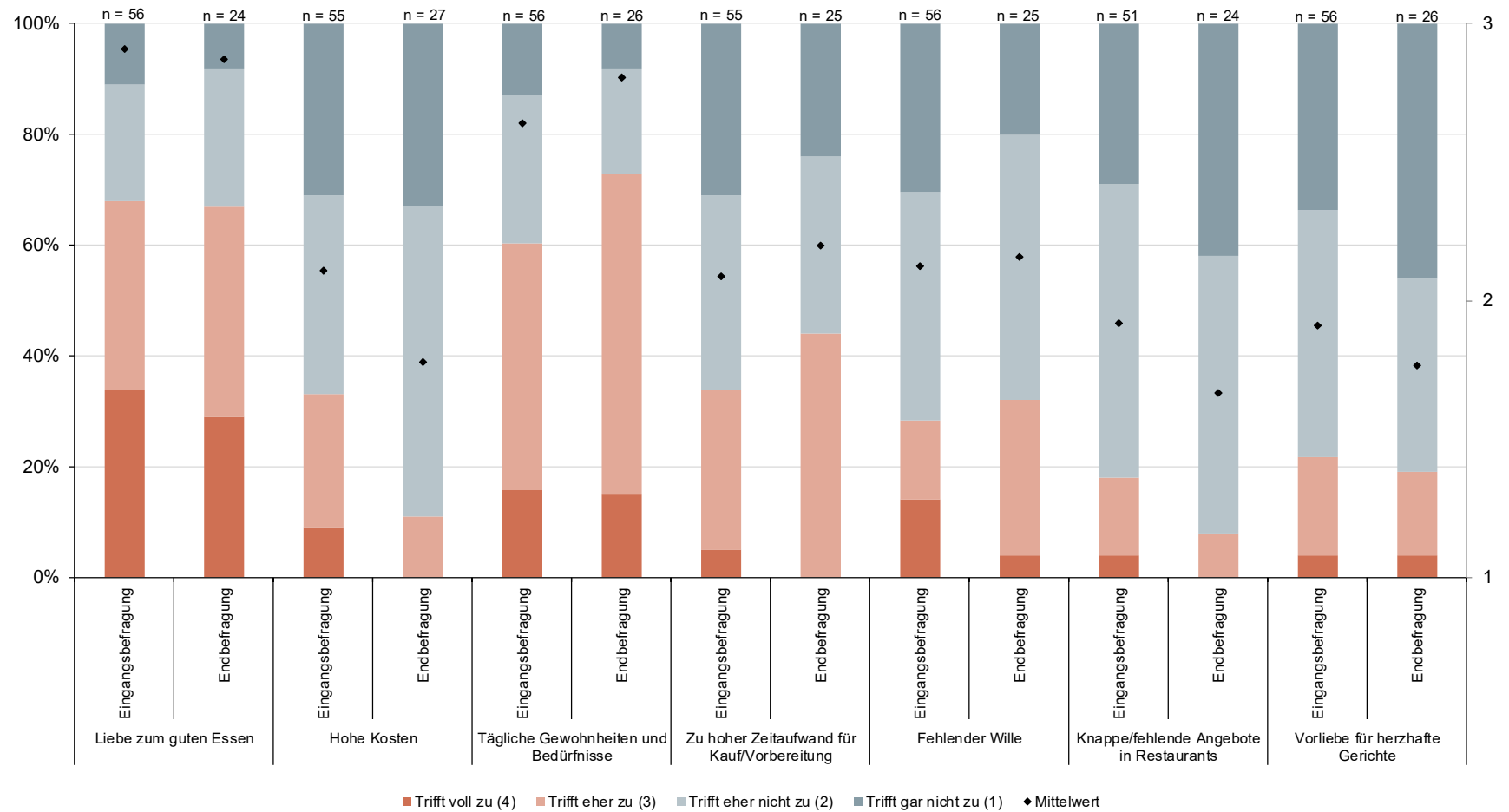
DA 19: Familiäre Esskultur



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

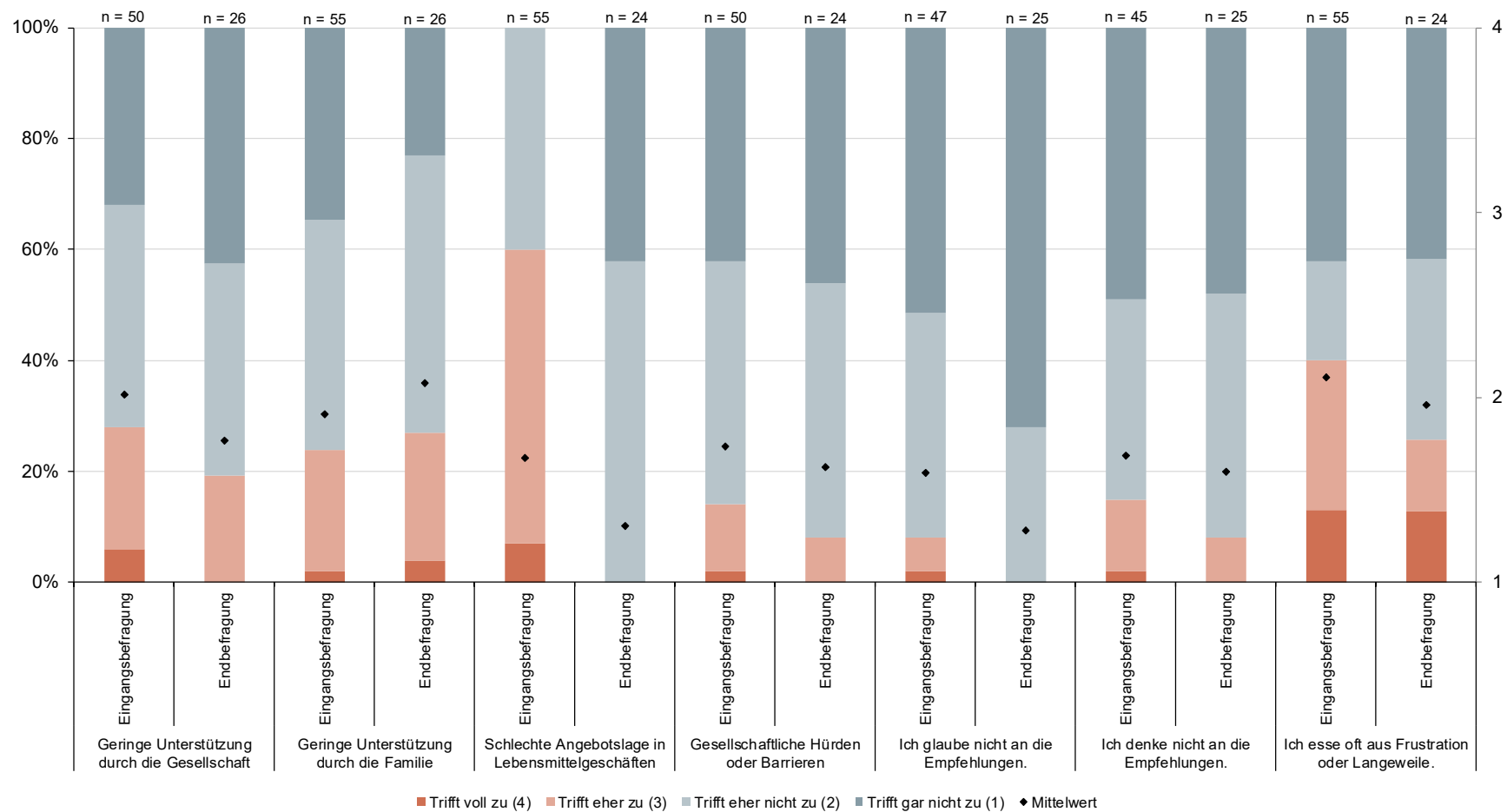
DA 20: Negative Einflussfaktoren auf ausgewogenes Ernährungsverhalten (1)



Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

DA 21: Negative Einflussfaktoren auf ausgewogenes Ernährungsverhalten (2)

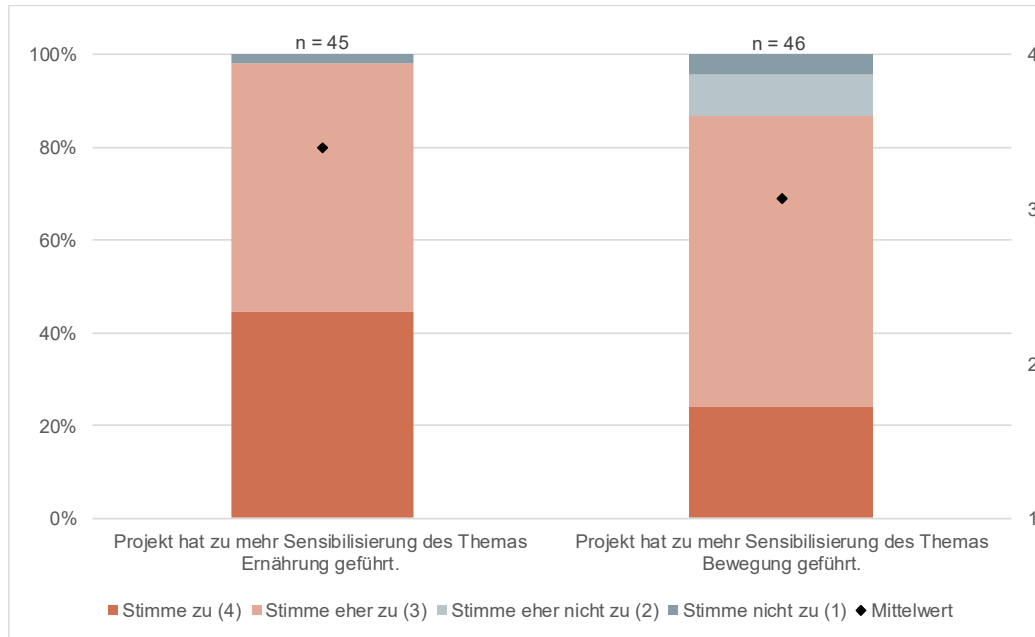


Legende: Eingangsbefragung: N = 57, Endbefragung: N = 27.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Längsschnittstudie der Elternbefragung.

A 6 Ergebnisse Nachhaltigkeitsstudie

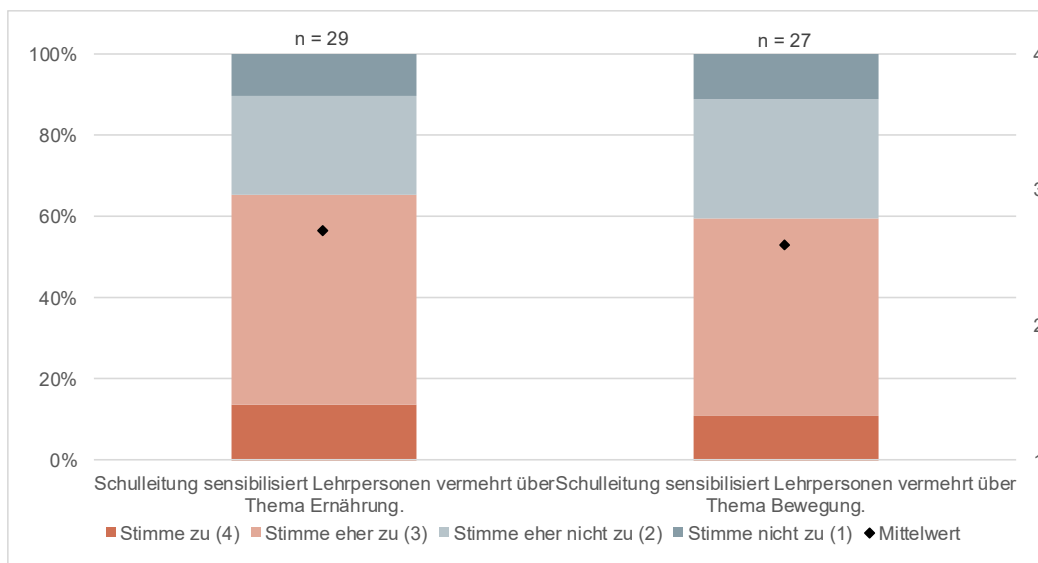
DA 22: Erhöhte Sensibilität für die Themen Ernährung und Bewegung



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

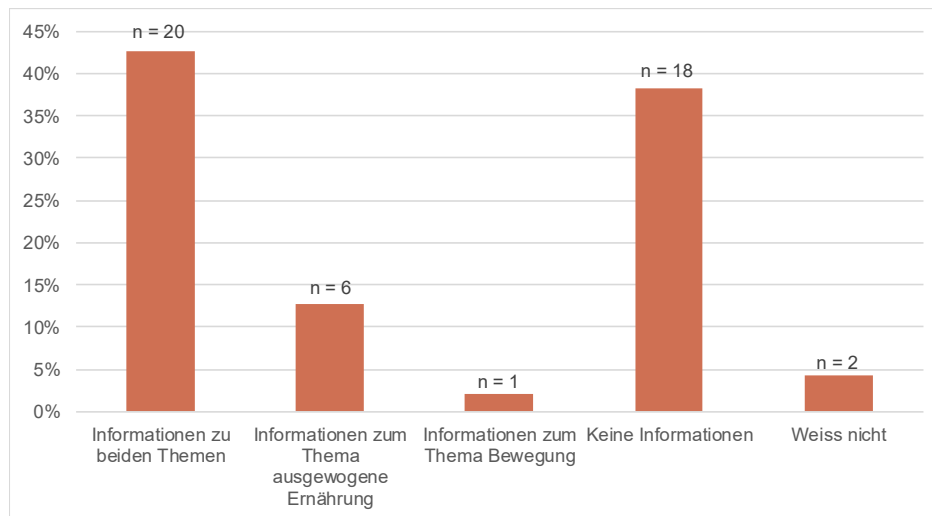
DA 23: Sensibilität der Schulleitung für die Themen Ernährung und Bewegung



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

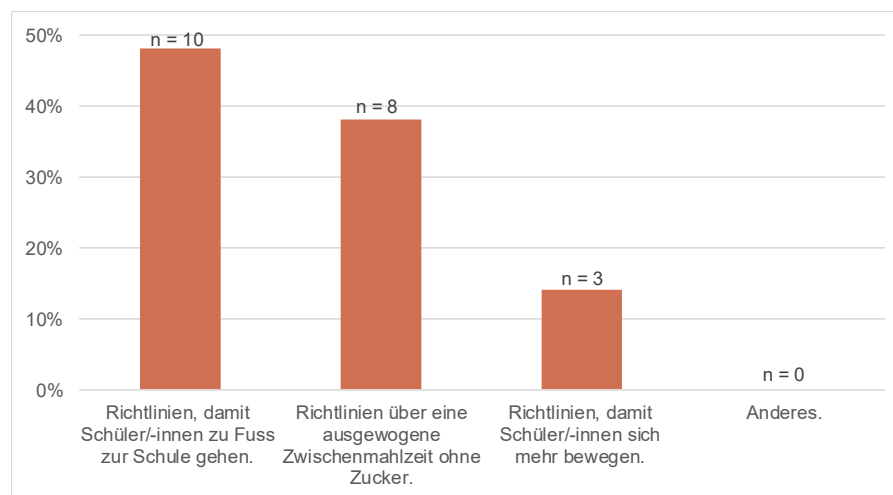
DA 24: Information der Eltern zu den Themen Ernährung und Bewegung



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

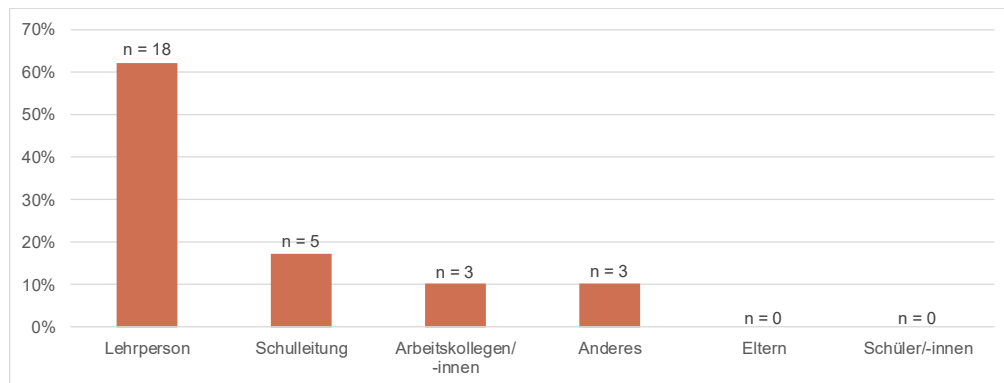
DA 25: Inhalte der Richtlinien und Empfehlungen



Legende: N = 8 (Filterfrage). Mehrfachantworten möglich.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

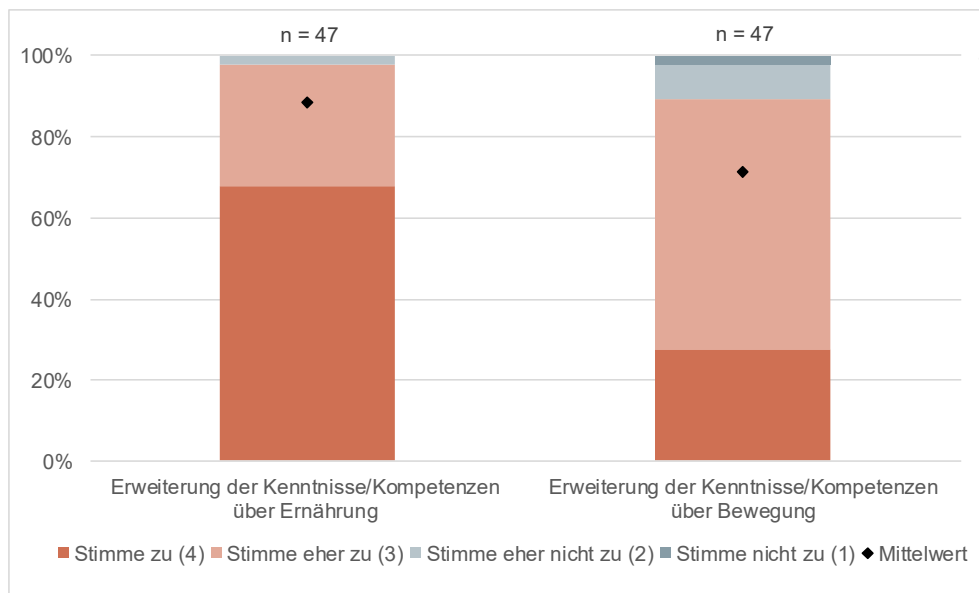
DA 26: Initiative zur Elterninformation



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basieren auf der Nachhaltigkeitsstudie.

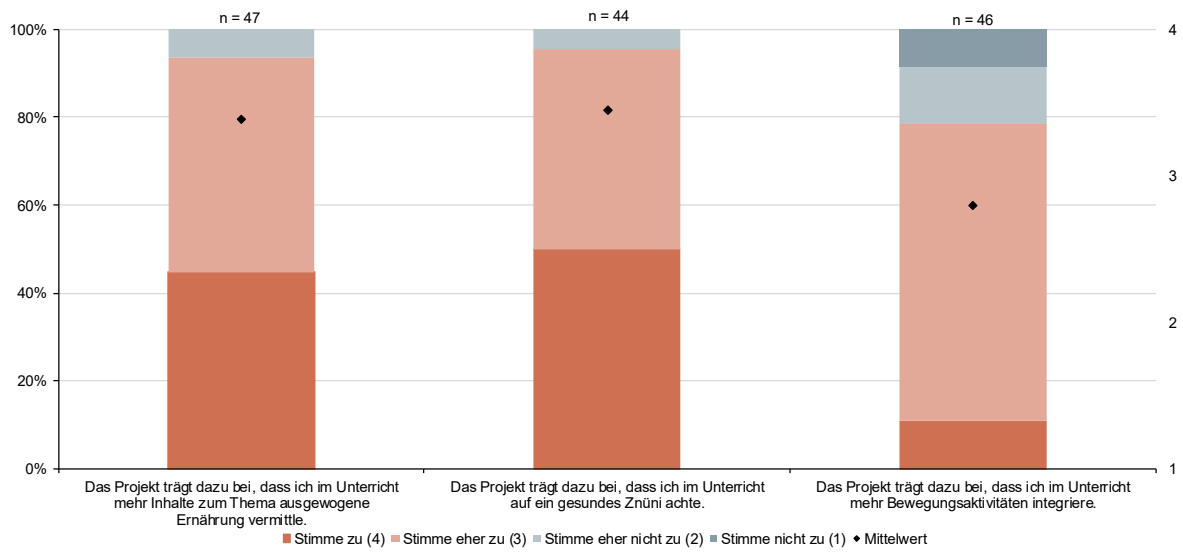
DA 27: Erweiterte Kompetenzen zu den Themen Ernährung und Bewegung



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

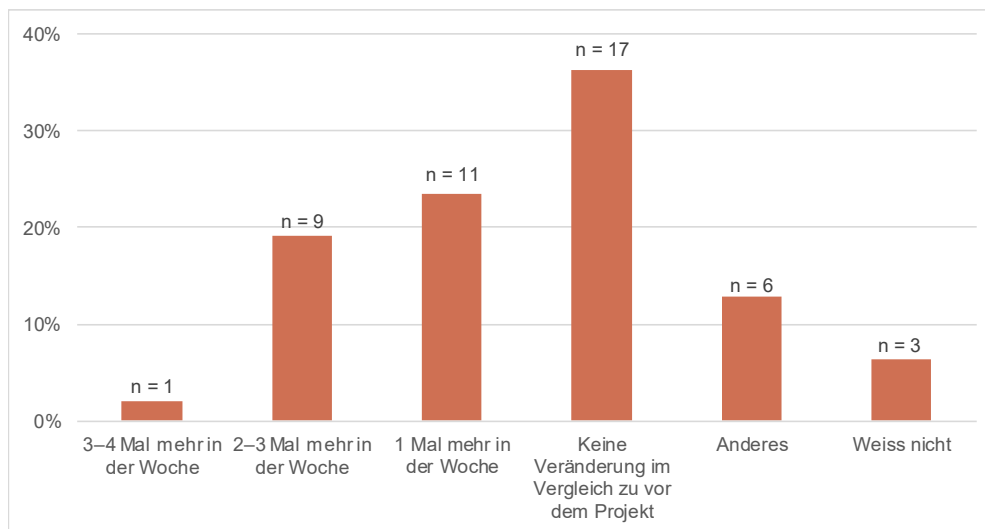
DA 28: Beitrag des Projekts zur Thematisierung von ausgewogener Ernährung und Bewegung im Unterricht



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

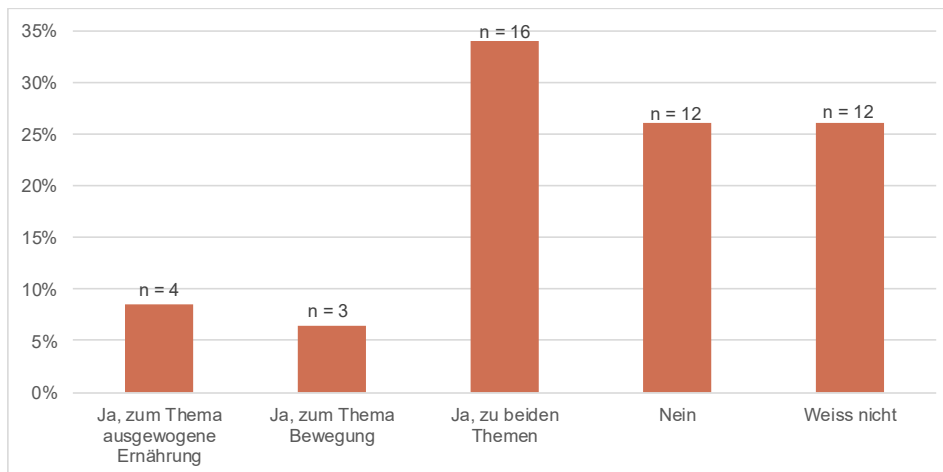
DA 29: Ausmass an Bewegung im Unterricht



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.

DA 30: Interesse an Weiterbildung zu den Themen Ernährung und Bewegung



Legende: N = 47.

Quelle: Darstellung Interface, basierend auf der Nachhaltigkeitsstudie.
