



## ZUKUNFT DURCH NÄHE: PRODUKTE AUS DER REGION

Lebensmittel aus der Region stehen für Genuss und Gesundheit. Sie sind frisch und liefern wertvolle Inhaltsstoffe. Die Nähe zu den Erzeugern und Verarbeitern erhöht das Vertrauen in die Qualität und Sicherheit der Lebensmittel.

Am sichersten kauft man regionale Produkte bei Direktvermarktern, in Hofläden oder auf dem Wochenmarkt. Aber auch im Sortiment des Lebensmitteleinzelhandels findet man schon häufig „echte“ regionale Lebensmittel und Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung entdecken zunehmend die Vorteile regionaler Produkte.

Wer beim Einkauf von Lebensmitteln bewusst auf Qualität, Regionalität und Saisonalität achtet, sorgt für eine gesunde Ernährung, für eine Stärkung landwirtschaftlicher Betriebe vor Ort und für den Erhalt unserer Kulturlandschaft.



Bildnachweis: Fotolia

## KONTAKT

DLR Westerwald-Osteifel  
Bahnhofstr. 32  
56410 Montabaur  
Tel.: 02602 / 9228-0

DLR Eifel  
Westpark 11  
54634 Bitburg  
Tel.: 06561 / 9480-0

DLR Rheinpfalz  
Breitenweg 71  
67435 Neustadt  
Tel.: 06321 / 671-0

DLR Mosel  
Görresstr. 10  
54470 Bernkastel-Kues  
Tel.: 06531 / 956-0

DLR Rheinhessen-Nahe-Hunsrück  
Rüdesheimer Str. 60-68  
55545 Bad Kreuznach  
Tel.: 0671 / 820-0

DLR Westpfalz (Kaiserslautern)  
Neumühle 8  
67728 Münchweiler/Alsenz  
Tel.: 06302 / 9216-0

Internet: [www.ernaehrungsberatung.rlp.de](http://www.ernaehrungsberatung.rlp.de)  
E-mail: [ernaehrungsberatung@dlr.rlp.de](mailto:ernaehrungsberatung@dlr.rlp.de)

## GUT ESSEN UND GENIESSEN

Angebote der Ernährungsberatung an den Dienstleistungszentren Ländlicher Raum





## GRUSSWORT

Liebe Verbraucherinnen und Verbraucher,  
gutes und frisches Essen sowie eine umfassende Ernährungsbildung, das sind für mich wichtige Grundlagen für eine gesunde Entwicklung und Lebensqualität.

Übergewicht und damit verbundene Folgen sind bereits bei Heranwachsenden verbreitet. In Deutschland sind 15 % der Kinder und Jugendlichen übergewichtig. Wirksame Maßnahmen zur Prävention sind vor allem: weniger zuckerhaltige Getränke und weniger Fast Food sowie mehr Bewegung im Alltag. Schlaganfall, Herzinfarkt oder Diabetes können vermieden werden.

Gute Verpflegungsangebote in Kindertagesstätten und Schulen sowie eine gezielte Ernährungsbildung sind geeignete Möglichkeiten, positiven Einfluss auf die Ernährungssituation zu nehmen. Dafür setzen sich die Ernährungsberaterinnen an unseren Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) ein.

Damit wir auch in Zukunft gut essen und genießen können, ist für mich eine nachhaltige Erzeugung entscheidend: dazu gehört ein achtsamer Umgang mit den Ressourcen unserer Umwelt sowie mit Tieren, die Wertschätzung von Lebensmitteln, aber auch die Freude an frischen, guten Produkten aus der Region.

Ulrike Höfken,  
Ministerin für Umwelt, Landwirtschaft, Ernährung,  
Weinbau und Forsten des Landes Rheinland-Pfalz

## BERATUNG UND WEITERBILDUNG ZUR VERPFLEGGUNG IN KINDERTAGESSTÄTTEN UND SCHULEN

An der Umsetzung einer guten Verpflegung wirken die Träger von Kindertagesstätten und Schulen sowie weitere Akteure mit. In enger Zusammenarbeit mit der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Rheinland-Pfalz bieten wir an:

### Runde Tische an Schulen

Wir bieten Unterstützung zu den Themen:

- Speiseplangestaltung und Lebensmittel-einsatz in der Mittags- und Zwischenverpfle-gung
- „Speiseplan-Check“
- Bewirtschaftungs- und Produktionssysteme
- Hygieneanforderungen
- Akzeptanzförderung

### Coaching von Kindertagesstätten

Wir begleiten Kitas im Prozess, Gesundheits-förderung durch richtige Ernährung in ihren Strukturen zu verankern.

### Seminare, Workshops

Wir bieten praxisbezogene Weiterbildung in verschiedenen Modulen an:

- Essen und Trinken in Kindertagesstätten
- Schulverpflegung professionell gestalten

### Regionale Arbeitskreise

Wir diskutieren - entsprechend dem Bedarf der Akteure - aktuelle Fragestellungen aus der Kita- bzw. Schulverpflegung und zeigen Lösungsmög-lichkeiten vor Ort auf.

## BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG (BNE)

Kindertagesstätten und Schulen bieten optimale Voraussetzungen, Bildung für nachhaltige Entwicklung umzusetzen und Kompetenzen im Bereich Ernährung, Gesundheit und Soziales zu schaffen.

### Kindertagesstätten

Wir sind Ansprechpartner, wenn Maßnahmen oder Projekte zur Ernährungsbildung durchge-führt werden. Wir können Hinweise auf Lernma-terialien und Ernährungsbildungsangebote in der Region geben, insbesondere in Zusammenhang mit der Teilnahme am Schulobstprogramm für Kitas.

### Schulen

Wir unterstützen Lehrkräfte bei der Umsetzung der „Richtlinie Verbraucherbildung - Kernbereich Ernährung und Gesundheit“ z.B. in Form von

- Lehrerfortbildungen, Workshops an Schulen
- fachlicher Begleitung bei Unterrichtsprojek-ten, auch an außerschulischen Lernorten
- Vermittlung pädagogischer Begleitmaßnah-men zum Schulobst- und Schulmilchpro-gramm

### Außerschulische Weiterbildung

Wir informieren Verbraucherinnen und Verbrau-cher über die Grundsätze einer ausgewogenen Ernährung, die Qualität und den Wert von Lebensmitteln und geben Anregungen für einen sachgerechten Umgang mit Lebensmitteln.