



# Ernährungsprojekt

Gemeinsam gesund genießen tut gut



## Was steckt hinter dem Ernährungsprojekt?

Gesunde Speisen sind für das eigene Wohlbefinden besonders wichtig. Wenn dabei noch gemeinsam gekocht, verkostet und genossen wird, macht es doppelt so viel Spaß. Durch das ganzjährige Angebot von „Tut gut!“ sollen für die Bevölkerung die Grundsteine für eine gesunde und schmackhafte Ernährung in der eigenen „Gesunden Gemeinde“ gelegt werden. Das Ziel ist, Maßnahmen rund um den Speiseplan zu entwickeln, die nachhaltig in der Gemeinde etabliert werden.

Das Ernährungsangebot kann auch von „Gesunden Kleinregionen“ gebucht werden.

## Wie wird das Ernährungsprojekt in der Gemeinde umgesetzt?

Entschließt sich der Arbeitskreis der „Gesunden Gemeinde“ dazu, einen nachhaltigen Schwerpunkt zum Thema Ernährung zu setzen, wird von ihm ein Projektkonzept entwickelt. Für die Erarbeitung kann der Arbeitskreis um Personen erweitert werden, die im Ernährungsbereich tätig sind oder sich für das Thema interessieren. Wichtig ist, dass das erarbeitete Projekt der gesamten Gemeindebevölkerung zugänglich gemacht wird.

Der „Gesunden Gemeinde“ steht dabei offen, ob

- ENTWEDER der Fokus auf eine bestimmte Altersgruppe oder Zielgruppe (z.B. Kinder, Frauen/Männer, Seniorinnen/Senioren, ...) gelegt wird
- ODER ein Nahrungs-Themenschwerpunkt erarbeitet wird, der mehrere Zielgruppen einbezieht (z.B. saisonales Obst und Gemüse, fleischlose Gerichte, Hülsenfrüchte, ...).

In beiden Fällen darf der Arbeitskreis zwischen folgenden unterschiedlichen Modulen – die kostenlos von „Tut gut!“ angeboten werden – wählen:

- Kochworkshops
- Ernährungsexperimente
- Ernährungsvorträge

Der Arbeitskreis kann als Hilfestellung für die Entwicklung des Projektkonzepts das Antragsformular verwenden. Dieses enthält wichtige Punkte wie zum Beispiel die Definition der Zielgruppe, Projekttitle oder Maßnahmen zur nachhaltigen Umsetzung.

## In welchem Zeitraum soll das Ernährungsprojekt umgesetzt werden?

Der gesamte Projektzeitraum erstreckt sich über ein halbes bis ein Jahr. Alle Projektschritte sollen innerhalb dieses Zeitraumes stattfinden.



## Wie geht es nach der Entwicklung des Projektkonzepts weiter?

Nachdem die Projektidee an „Tut gut!“ übermittelt und genehmigt wurde, kann der Ernährungsschwerpunkt starten.

Sollte nach Durchführung des Ernährungsprojektes in der „Gesunden Gemeinde“ oder der „Gesunden Kleinregion“ ein Bericht in den Medien veröffentlicht werden, ist unbedingt das „Tut gut!“-Logo der „Gesunden Gemeinde“ zu verwenden.

## Mit welchen Kosten ist das Ernährungsprojekt verbunden?

Das Ernährungsprojekt ist ein kostenloses Angebot von „Tut gut!“ mit begrenztem Kontingent. Die Lebensmittelkosten werden von der „Gesunden Gemeinde“ übernommen. Zusätzliche Maßnahmen, die im Rahmen des Ernährungsprojektes von der Gemeinde umgesetzt werden, können bei „Tut gut!“ über das Kooperationsstool eingereicht werden.

### **Weitere Informationen:**

Katharina Steingassner, BSc

katharina.steingassner@noetutgut.at