



DACHVERBAND
LEHRERINNEN
UND LEHRER
SCHWEIZ

Fachkommission
Wirtschaft, Arbeit, Haushalt

NEWSLETTER FACHKOMMISSION WAH LCH

November 2022

Liebe Kantonale Kontaktpersonen, liebe Interessierte

Mit den kühleren Temperaturen und den farbigen Blättern gleitet der prächtige Herbst langsam in den Winter über und damit ist die Adventszeit nicht mehr weit weg. Hoffentlich mit vielen Lichtern!

Traditionellerweise präsentieren wir dir einen farbigen November-Newsletter, welcher sich dieses Mal mehrheitlich zum Thema Gesundheit und Ernährung dreht. Falls du für den nächsten Newsletter zum Thema Handel-Märkte-Finanzen einen Beitrag hast, welcher von Interesse für die Leserschaft ist, dann sende uns diesen bitte zu.

Nun wünschen wir dir und deiner Familien jetzt schon eine lichterfüllte, besinnliche Adventszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2023.

AKTUELLES AUS DEM VORSTAND



Der Vorstand der LCH FK WAH ist seit der letzten Delegiertenversammlung anders zusammengesetzt. Sonja Perren präsidiert neu die Fachkommission. Neben ihr sind Isabelle Aschwanden, Helen Rutz und Manuela Rodel im Vorstand.

Ressortverteilung:

Sonja Perren	Präsidium	Kt. VS
Isabelle Aschwanden	Vize-Präsidium	Kt. UR
Helen Rutz	Protokoll	Kt. SG
Manuela Rodel	Kontakt zu den Kantonen	Kt. SZ

Die Arbeit im neuen Vorstand ist gut angelaufen und wir freuen uns auf die zukünftige Zusammenarbeit im Fachbereich WAH.
Sonja Perren, Präsidentin LCH FK WAH

Rückblick Infotreffen 2022 in Einsiedeln

Am Samstag, 17. September 2022 fand das beliebte Infotreffen der Kantonalen Kontaktpersonen statt. 17 Kontaktpersonen und der Vorstand des LCH FK WAH und wurden von Heidi Reichmuth, Präsidentin LTGWASZ, herzlich begrüsst.

Die Teilnehmenden trotzten dem strömenden Regen und folgten einer geschichtlich-kulturellen Dorfführung in Einsiedeln. Nach einem feinen Mittagessen und gleichzeitigem Aufwärmen startete der offizielle Teil des Kontaktpersonentreffens im Konferenzraum des Hotels Drei König.

Kathrine Balsiger und Ursi Leutwyler stellten am Nachmittag die Aktualisierungen des Lehrangebots Finance Mission vor. Das spannende Fachreferat von Stéphanie Bieler der SGE durchleuchtete die Hintergründe des Nutri Score und liess einige Anwesende staunen. Von beiden Referaten finden sich die Unterlagen im Anhang. Rückfragen können direkt an Stéphanie Bieler Mail s.bieler@sge-ssn.ch, bzw. an ursula.leutwiler@financemission.ch oder kathrine.balsiger@financemission.ch gestellt werden.

Der Austausch unter den Kantonen wurde dieses Jahr bereits durch eine Padlet-Umfrage im Vorfeld angestossen. Am Nachmittag selber galt es in der Gruppe das Fazit aller Antworten herauszufiltern und zu präsentieren.

Wir danken allen Kontaktpersonen für ihr Erscheinen, Mitdenken und Mitgestalten des interkantonalen Treffens.

Jetzt schon freuen wir uns auf das nächste Infotreffen am **Samstag, 23. September 2023 in St.Gallen**.

Ein Jahr später, somit 2024, wird der Austragungsort in Zermatt sein.

Impressionen vom Infotreffen



LOHNENSWERTE HINWEISE

Nutri-Score in der Schweiz

Seit September 2019 unterstützt das BLV den Nutri-Score, eine freiwillige Lebensmittel-Kennzeichnung durch die Produzenten. Seitdem hat die Nutzung dieser Kennzeichnung durch Produzenten und Detailhändler stetig zugenommen. Der Nutri-Score zeigt auf, wie ausgewogen ein Produkt auf einer Skala von A bis E zusammengesetzt ist. Auf einen Blick können ähnliche Lebensmittel miteinander verglichen werden. Die Einführung des Nutri-Scores erfolgt länderübergreifend. Die Zusammenarbeit wird über einen Lenkungsausschuss sowie ein wissenschaftliches Gremium gewährleistet. In diesem Kontext wird der Algorithmus, der sich hinter dem Nutri-Score verbirgt, derzeit überarbeitet. Weitere Informationen finden Sie auf der folgenden Seite: [Nutri-Score \(admin.ch\)](https://www.admin.ch/nutri-score).

Schweizer Nährwertdatenbank

Die Schweizer Nährwertdatenbank enthält Informationen über die Zusammensetzung von in der Schweiz erhältlichen Lebensmitteln. Die Datenbank wird vom Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV kostenlos in vier Sprachen betrieben. Die aktuelle Version (V6.4) enthält Informationen zu rund 1130 Lebensmitteln. Von allen Lebensmitteln sind Angaben zu den Makronährstoffen, sowie zu Wasser-, Alkohol- und Energiegehalt vorhanden. Zudem wird für die meisten Lebensmittel auch der Gehalt an Mikronährstoffen aufgeführt.

<https://naehrwertdaten.ch/de/>



Regenbogenfood mit GORILLA

Heute wirds bunt! In einem Werkstattunterricht können verschiedene WAH-Themen nach Interessen und Niveaustufen der Schülerinnen und Schüler bearbeitet werden. Dabei erfahren sie unter anderem auch, warum es gut ist, täglich einen Regenbogen zu essen und wie das im Alltag mit konkreten Menübeispielen möglich ist. Und vielleicht wird im nächsten WAH-Unterricht auch gleich noch ein Regenbogen-Rezept gekocht?

Dauer: Individuell – je nach Anzahl behandelter Werkstatt-Posten
Kompetenzbereich:

[WAH. 4 Ernährung und Gesundheit – Zusammenhänge verstehen und reflektiert handeln](#)



[Regenbogenfood Unterrichtseinheit](#)

[Regenbogen-Risotto](#)

[Regenbogen-Curry](#)

[Regenbogen-Smoothie-Bowl](#)

GGGessen

gggessen ist ein Projekt zur Befähigung der Bevölkerung, sich auch mit kleinem Budget zu ernähren.

Es braucht ein Mindestmass an Kenntnissen über eine ausgewogene Ernährung, Zubereitung und Lagerung sowie die Bereitschaft, sich mit dem Lebensmittelangebot auseinanderzusetzen und die Mahlzeiten zu planen, um gut, gesund und günstig zu essen. Personen und Familien mit einem kleinen Haushaltsbudget sowie Personen mit einem anderen kulturellen Hintergrund benötigen Unterstützung, um sich auch mit einem kleinen Budget eine ausgewogene Ernährung zusammenzustellen.

Daher wurde 2012 auf Basis von Bien-Manger à Petit Prix für die Deutschschweiz das Projekt gggessen entwickelt - gefördert durch die Stiftung für Konsumentenschutz SKS und Gesundheitsförderung Schweiz.

[GGGessen – gut, gesund und günstig essen](#)



Pusch – Praktischer Umweltschutz

Die Stiftung Pusch ist eine Non-Profit-Organisation. Sie setzt sich für eine gesunde Umwelt, die nachhaltige Nutzung der natürlichen Ressourcen sowie vielfältige und artenreiche Lebensräume ein. Sie motiviert und unterstützt Gemeinden, Schulen sowie Unternehmen in ihrem Engagement für Natur und Umwelt. Pusch bietet Lehrpersonen aller Stufen der Volksschule handlungsorientierte Schulbesuche und Unterrichtsmaterialien, welche Schülerinnen und Schüler zu verantwortungsvollem Handeln gegenüber der Umwelt bewegen und die dafür notwendigen Kompetenzen stärken.

www.pusch.ch/schule

Neues Projektwochenangebot zum Thema Food Waste

Die Stiftung Pusch hat zum Thema Food Waste ein neues Projektwochenangebot für den Zyklus 3 zusammengestellt. Mit deren Hilfe setzen sich die Schülerinnen und Schüler während einer ganzen Aktionswoche oder an einzelnen Projekttagen eingehend mit dem Thema Lebensmittelverschwendung auseinander und leiten über ein Exkursions- und ein Ideenmodul praktische Food Save-Aktionsmöglichkeiten für den (Schul-)Alltag ab. Das Ganze wird von einem gemeinsamen Auftakt und einem abschliessenden Reste-Festessen eingerahmt.

Zum Angebot: <https://www.pusch.ch/fuer-schulen/unterrichtsmaterial/projektwochen#c5500>

FinanceMission World

Neues von FinanceMission World: <https://financemission.ch/aktuell/>

Der neue Wortfächer von FinanceMission World: <https://financemission.ch/fuer-lehrpersonen/#wortfaecher>

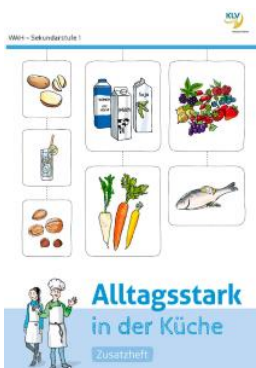
Buchtipps:

Alltagsstark in der Küche

Was gehört zu den täglichen Arbeiten im Haushalt? Wie kannst du diese Alltagsarbeiten bewältigen? Wie planst und kochst du ein leckeres Menu? Welche Hygienemassnahmen sind dabei zu beachten? Welche Zubereitungsverfahren sind am besten für welches Gericht geeignet? Welche Nährstoffe braucht dein Körper und wo sind sie enthalten? Wie verarbeitet der menschliche Körper die Nahrung? Was bestimmt die Gesundheit?

In «Alltagsstark in der Küche» findest du Hilfestellungen und Antworten auf diese und weitere Fragen. Das Zusatzheft ergänzt das Arbeitsbuch Alltagsstark um die Themen Gesundheit, Alltagsarbeiten und Nahrungszubereitung. Du wirst beobachten, erkunden, dich informieren, vergleichen, analysieren, reflektieren und gestalten.

Startklar für einen starken Alltag in der Küche.
ISBN 978-3-85612-803-6



So wird der neue Tiptopf

Ob Schulküche, WG-Küche oder Familienküche: Seit 1986 begleitet uns der Tiptopf ab der Oberstufe durch die Küchen unseres Lebens. Nun erhält das beliebteste und meistverkaufte Schweizer Kochbuch neue Würze. Das Grundrezept bleibt bestehen: Der Tiptopf weckt mit gelingsicheren Basisrezepten die Freude am Kochen (wieder).

Das ist ab März 2023 neu im Topf:

- Rezeptklassiker wie Züpfe, Spätzli und Omelette dürfen natürlich nicht fehlen, neben ihnen stehen Kreationen wie ein Spinat-Käse-Pide, Süsskartoffel-Rösti-Tätschli oder eine Kichererbsen-Bowl.
- Hülsenfrüchte und Frühstücksideen erhalten ein eigenes Kapitel.
- Ein neu erarbeiteter Grundlagenteil führt auf 60 Seiten in die Nahrungszubereitung ein.
- Die durchgehende Bebilderung macht «gluschtig» auf das Nachkochen.
- Symbole und eine farbliche Trennung der Kapitel helfen bei der Orientierung.
- Eine digitale Rezeptdatenbank ermöglicht ortsunabhängigen Zugriff auf Rezepte, Basisvideos und Bildabfolgen.
- Der digitale filRouge bietet eine Fülle an Unterrichtsmaterialien, Planungsvorschlägen und Beurteilungsanlässen.

www.tiptopf.ch



AUSBLICK/TERMINE

Nächste Vorstandssitzungen: 9. November 2022, 15. Februar 2023

Nächster Newsletter: Mai 2023

Nächstes Kontaktpersonentreffen: Samstag 23. September 2023, St.Gallen