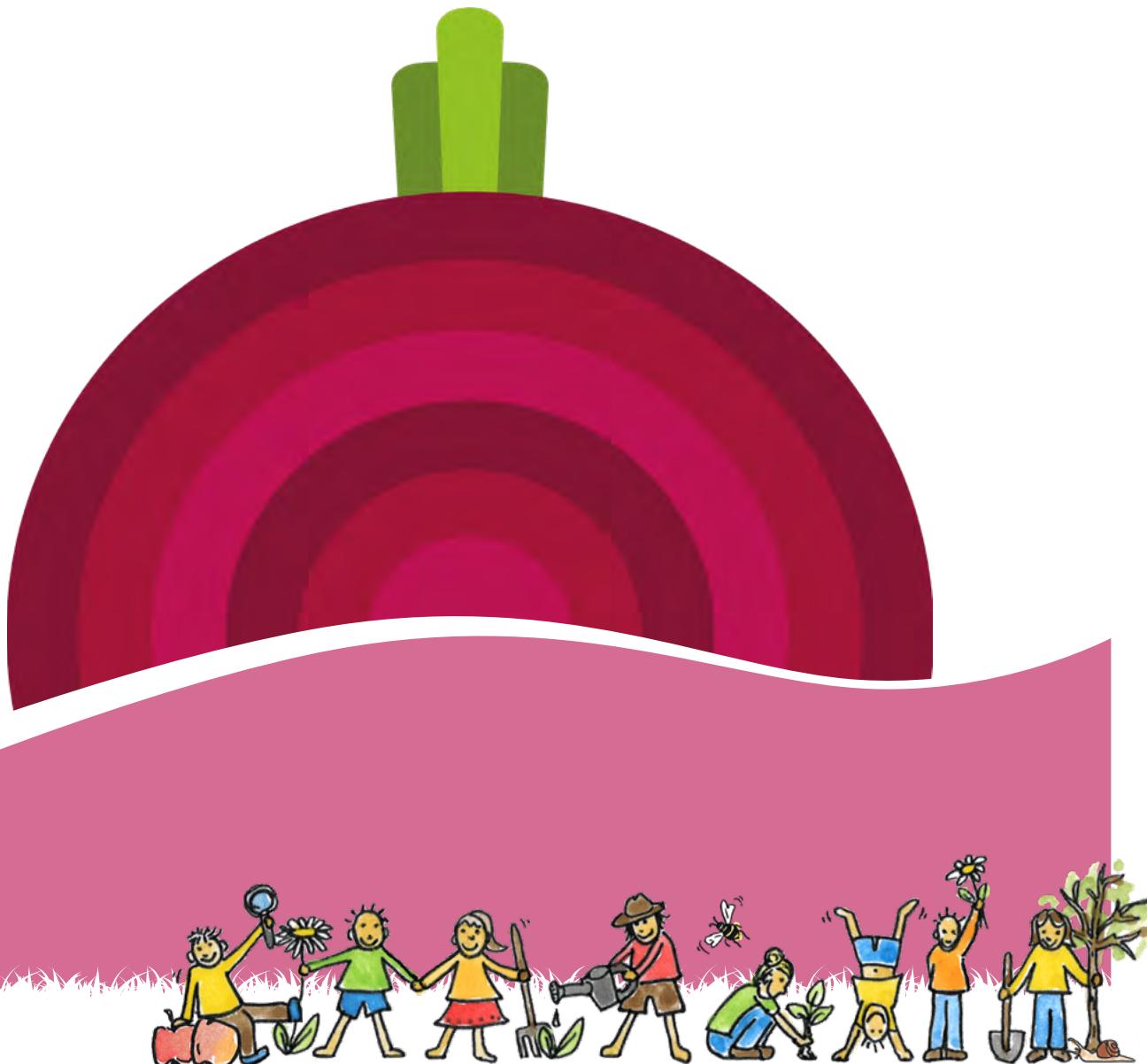


# Wie schmeckt genussvoll und nachhaltig?

UMAMI!

Bildungsprogramm für gesunde und nachhaltige Ernährung





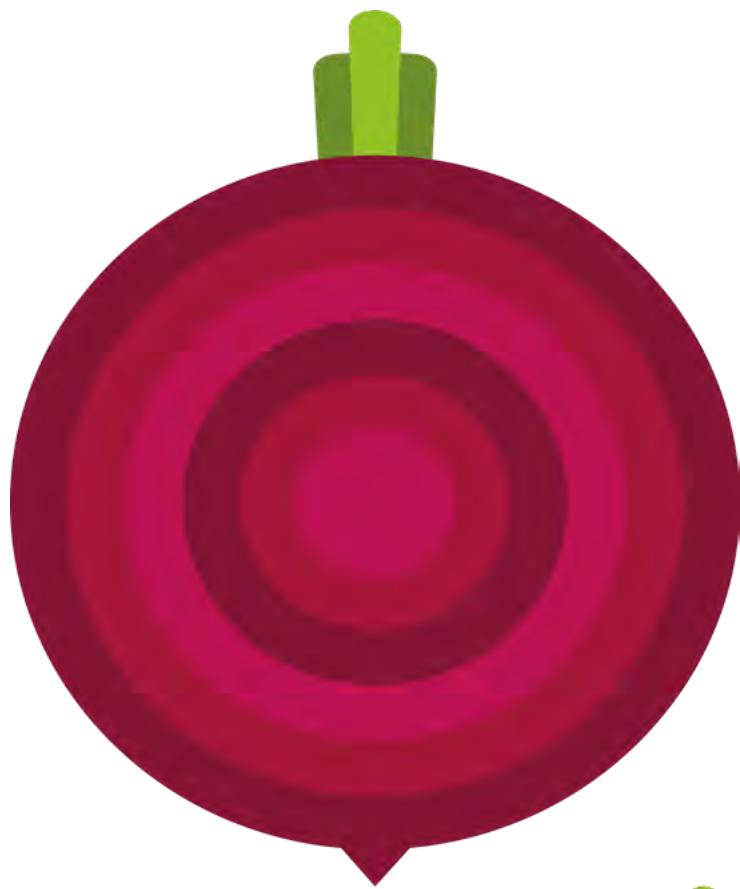
## **Wie schmeckt genussvoll und nachhaltig?**

**UMAMI!**

Umami ist ein Bildungsprogramm, das Schülerinnen und Schülern der Primarschulen in der Schweiz Kompetenzen über gesunde und nachhaltige Ernährung vermittelt. Ziel ist es, die Ernährungskompetenzen der Kinder zu stärken, damit sie ihre eigene Gesundheit fördern und gleichzeitig einen Beitrag zum Schutz unseres Planeten leisten können.

### **Schulen haben Schlüsselfunktion**

Ernährungsgewohnheiten werden bereits in der Kindheit geprägt und meist bis ins Erwachsenenalter beibehalten. Die Eltern, die an vorderster Front stehen, um gesunde und nachhaltige Ernährungsgewohnheiten zu vermitteln, verfügen oft selbst nicht über die dafür notwendige Ernährungsbildung. In diesem Zusammenhang spielt die öffentliche Schule eine Schlüsselfunktion, indem sie den Kindern einen chancengleichen Zugang zur Ernährungsbildung bietet. Leider bietet der Stundenplan an Schweizer Grundschulen kaum Platz für die Bildung in den Bereichen Ernährung und Nachhaltigkeit.



# Wie schmeckt genussvoll und nachhaltig?

## UMAMI!

Umami bietet Ernährungs- und Sinnesaktivitäten in 16 fächerübergreifende Lerneinheiten im Einklang mit dem Lehrplan 21 (LP21). Zudem sind Aktivitäten mit den Familien und Weiterbildungen für Lehrpersonen geplant. Im Folgenden Kapitel finden Sie ein Beispiel der Lerneinheiten von UMAMI.

32 Lerneinheiten + 1 zur Einführung ins Ernährungssystem	10 Aktivitäten	Material & Schulungen																			
<table border="1"><thead><tr><th>Für die Primarschule</th></tr></thead><tbody><tr><td><table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Plan d'étude Romand (PER)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table></td></tr><tr><td><table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Lehrplan 21 (LP21)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table></td></tr></tbody></table>	Für die Primarschule	<table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Plan d'étude Romand (PER)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table>	16 Lerneinheiten	Plan d'étude Romand (PER)	8 für Zyklus 1		8 für Zyklus 2		<table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Lehrplan 21 (LP21)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table>	16 Lerneinheiten	Lehrplan 21 (LP21)	8 für Zyklus 1		8 für Zyklus 2		<table border="1"><thead><tr><th>Für Familien</th></tr></thead><tbody><tr><td>Ausserschulische Aktivitäten <i>(als Fortsetzung der Lerneinheiten)</i></td></tr></tbody></table>	Für Familien	Ausserschulische Aktivitäten <i>(als Fortsetzung der Lerneinheiten)</i>	<table border="1"><thead><tr><th>Für Lehrpersonen</th></tr></thead><tbody><tr><td><ul style="list-style-type: none"><li>Praxis-Leitfaden und Erklärvideos</li><li>Glossar</li><li>Zusatz-Referenzdokumente</li><li>Schulungen/Weiterbildungangebot</li></ul><p>→ Plattform</p></td></tr></tbody></table>	Für Lehrpersonen	<ul style="list-style-type: none"><li>Praxis-Leitfaden und Erklärvideos</li><li>Glossar</li><li>Zusatz-Referenzdokumente</li><li>Schulungen/Weiterbildungangebot</li></ul> <p>→ Plattform</p>
Für die Primarschule																					
<table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Plan d'étude Romand (PER)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table>	16 Lerneinheiten	Plan d'étude Romand (PER)	8 für Zyklus 1		8 für Zyklus 2																
16 Lerneinheiten	Plan d'étude Romand (PER)																				
8 für Zyklus 1																					
8 für Zyklus 2																					
<table border="1"><thead><tr><th>16 Lerneinheiten</th><th>Lehrplan 21 (LP21)</th></tr></thead><tbody><tr><td>8 für Zyklus 1</td><td></td></tr><tr><td>8 für Zyklus 2</td><td></td></tr></tbody></table>	16 Lerneinheiten	Lehrplan 21 (LP21)	8 für Zyklus 1		8 für Zyklus 2																
16 Lerneinheiten	Lehrplan 21 (LP21)																				
8 für Zyklus 1																					
8 für Zyklus 2																					
Für Familien																					
Ausserschulische Aktivitäten <i>(als Fortsetzung der Lerneinheiten)</i>																					
Für Lehrpersonen																					
<ul style="list-style-type: none"><li>Praxis-Leitfaden und Erklärvideos</li><li>Glossar</li><li>Zusatz-Referenzdokumente</li><li>Schulungen/Weiterbildungangebot</li></ul> <p>→ Plattform</p>																					



### Art der Unterrichtsunterlagen

Lerneinheiten, Aktivitäten, Material und Schulungen



### Zielstufe

Zyklus 1 und 2



### Saisonalität

Ganzjährig anwendbar



### Dauer

Pro Zyklus 1-8 Lerneinheiten, das Material ist flexibel einsetzbar.



### Hinweis Lehrplan

Fächerübergreifende Lerneinheiten im Einklang mit dem Lehrplan 21 (LP21)



### Projektleitung

Véronique Michelet, Fondation Senso5

### Link zu den vollständigen Unterlagen



## **Kontakt**

Véronique Michelet  
Fondation Senso5  
c/o Promotion santé Valais  
Rue de la Blancherie 2  
1950 Sion

## **Weitere Informationen**

