Köstlich

Betriebliche Gesundheitsförderung in Betriebskantinen und -küchen

Fotos: www.istockphoto.com

Kontakt:

Diätologin Irene Feichtinger
NÖ Gebietskrankenkasse
Kremser Landstraße 3
3100 St. Pölten
Tel.: 050 899 - 6213
Fax: 050 899 - 6280
E-Mail: bgf@noegkk.at

NÖBGF
NÖ Gebietskrankenkasse
Betriebliche Gesundheitsförderung
Bewusst · Gesundheit · Fördern

Problem

> Viele Menschen nehmen täglich ihre Mahlzeit in Betriebskantinen und -küchen ein. Die Speisen sind oft sehr ungesund, fett- und salzhaltig.

> Diese Art der Ernährung verursacht bei vielen Menschen Bluthochdruck, Übergewicht, Verstopfung, Gicht usw. und spielt eine bedeutende Rolle bei der Entstehung von Volkskrankheiten.

> Das Wissen und der Wille zur gesunden Ernährung ist bei vielen Menschen vorhanden, oft gibt es allerdings kein entsprechendes Angebot in den Betriebsküchen.

Lösungsansätze

> Im Rahmen eines Projektes werden mit individuellen und vielfältigen Maßnahmen moderne Erkenntnisse gesunder Ernährung in den Betriebsküchen und -kantinen integriert und umgesetzt.

> Küchenpersonal und Kantinenbesucher/innen lernen, wie man sich gesund ernährt, wie man bewusste Ernährung richtig und schmackhaft zubereitet.

> Während des gesamten Umstellungsprozesses werden die Beteiligten von geschulten Fachkräften begleitet.

> Ein Handbuch zum Thema informiert fundiert und übersichtlich, wie gesunde Gemeinschaftsverpflegung in Betriebsküchen in der Praxis funktionieren kann.

Projektziele

> Der Grundsatz **„bewusste Ernährung ist schmackhaft und abwechslungsreich“** soll ins Bewusstsein aller Beteiligten gerückt werden.

> Gesunde, ausgewogene Ernährung steigert die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter/innen und erhöht ihr allgemeines Wohlbefinden.

> Durch ein erweitertes Angebot sollen die Mitarbeiter/innen die Chance bekommen, auch während des Arbeitstages auf die Ernährung achten zu können.

> Die Speisenauswahl soll auf die körperlichen und geistigen Anforderungen der Mitarbeiter/innen abgestimmt werden.

Zielgruppe

1. Betriebe die Wert darauf legen, dass sich die Mitarbeiter/innen auch in ihrer Kantine gesund und ausgewogen ernähren können.

2. Küchenpersonal, das bestrebt ist, für die Kantinenbesucher/innen eine ausgewogene Ernährung anzubieten.

3. Kantinenbesucher/innen, die sich für bewusste Ernährung interessieren.