Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Faktenblatt 139

Evaluation von umami, einem neuen Teil des Schulprojekts Senso5 zur Ernährungsbildung

Abstract
Dieser Bericht enthält eine formative Evaluation des Programms umami, einer neuen Komponente des Schulprogramms der Stiftung Senso5, das gemeinsam von der Stiftung Senso5, der Berner Fachhochschule (BFH) und der Pädagogischen Hochschule Wallis (HEP-VS) entwickelt wurde. Umami ist ein Programm zur Ernährungsbildung, das darauf abzielt, die Ernährungskompetenz von Kindern zu stärken[1] und Lehrpersonen dabei zu unterstützen, ansprechende, lehrplanverankerte Lerneinheiten zu den Themen Gesundheit und Nachhaltigkeit zu gestalten.

1 Einleitung

Im Rahmen dieser formativen Evaluation wurden fünf Lerneinheiten (Unterrichtspläne und zugehörige Materialien) an acht Schulen in den Kantonen Bern, Freiburg, Wallis und Genf getestet. Dabei wurden Akzeptanz, Benutzerfreundlichkeit und wahrgenommener Nutzen anhand von Schüler*innenbefragungen (n = 111, koordiniert über alle Regionen hinweg), Lehrpersonen-Fokusgruppen (n = 8) und Tischdiskussionen mit Interessengruppen, sogenannten World Cafés (n = 38), bewertet. Die Ergebnisse zeigten, dass die Schüler*innen die Aktivitäten durchweg als unterhaltsam, klar angewiesen und motivierend bewerteten, was die Fähigkeit des Programms unterstreicht, Engagement und Lernen zu fördern. Das emotionale Engagement, das sich in Spass und Interesse äusserte, stand in engem Zusammenhang mit der Wahrnehmung der Schüler*innen hinsichtlich des Nutzens und der Lernergebnisse. Die Lehrpersonen zeigten sich sehr zufrieden

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	umami	2
3	Ausgewählte Ergebnisse	3
4	Empfehlungen	8
5	Evaluationsdesign und -ansatz	9
6	Literaturverzeichnis	10

1 Der Begriff «Ernährungskompetenz» bezeichnet im Allgemeinen eine Reihe miteinander verknüpfter Kenntnisse, Fähigkeiten und Verhaltensweisen, die es einer Person ermöglichen, Lebensmittel so zu planen, auszuwählen, zuzubereiten und zu verzehren, dass sie ihren Bedürfnissen und Ernährungszielen entsprechen, und sich im Alltag zurechtzufinden, wenn es um eine gesunde und nachhaltige Ernährung geht (Vidgen & Gallegos, 2014). Für die Zwecke von umami wird die Ernährungskompetenz an Kinder im Primarschulalter angepasst, indem der Schwerpunkt auf grundlegendem Wissen über Lebensmittel, sensorischer Erkundung sowie der Entwicklung von Fähigkeiten und Bewusstsein liegt, die für die Zyklen 1 und 2 angemessen sind.

mit der Klarheit, der Anpassungsfähigkeit und der Unterrichtstauglichkeit der Materialien und hoben die positive Unterrichtsatmosphäre sowie die erfolgreiche Integration in bestehende Lehrpläne hervor. Die Interessengruppen äusserten breite Unterstützung für die wissenschaftliche Glaubwürdigkeit und die interdisziplinären Grundlagen von umami und würdigten dessen Übereinstimmung mit übergeordneten Bildungs- und Nachhaltigkeitszielen, identifizierten jedoch systemische Hindernisse wie Zeitdruck, finanzielle Einschränkungen, überfüllte Lehrpläne und politische Sensibilitäten rund um Ernährungsthemen. Zu den wichtigsten Optimierungsbereichen gehören die Stärkung der Integration in die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE), die Verbesserung der kulturellen Sensibilität und der Dimensionen der sozialen Nachhaltigkeit, die Bereitstellung klarerer Zeitangaben sowie die Entwicklung von Umsetzungshilfen wie Lehrerfortbildungen und Strategien zur Einbindung der Familien. Acht evidenzbasierte Empfehlungen dienen als Leitfaden für die Programmverfeinerung vor der geplanten Einführung Mitte 2026 und konzentrieren sich auf die Klärung der Programmziele, die Stärkung der institutionellen Verankerung, die Sicherung der offiziellen Anerkennung und die Unterstützung einer nachhaltigen Verbreitung in der ganzen Schweiz.

2 umami

2.1 Hintergrund / Begründung

Ungesunde Ernährung stellt in der Schweiz nach wie vor eine grosse Herausforderung dar und verursacht jährlich geschätzte acht Milliarden Franken an Gesundheitskosten (Schneider & Venetz, 2014) sowie rund ein Viertel der nationalen Umweltbelastungen (Zimmermann et al., 2017). Laut aktuellen nationalen Daten essen Kinder in der Schweiz zu wenig Vollkornprodukte, Obst, Gemüse, Nüsse, Hülsenfrüchte und Fisch. Gleichzeitig konsumieren sie regelmässig Schokolade, süsse Snacks, Fast Food und zuckerhaltige Getränke (Vincentini et al., 2026). Diese Ernährungsgewohnheiten stellen ein gesundheitliches, soziales und ökologisches Problem dar. Ernährungsgewohnheiten werden früh im Leben gebildet und bleiben oft bis ins Erwachsenenalter bestehen. Deswegen spielen Primarschulen eine entscheidende Rolle bei der Gewährleistung eines gerechten Zugangs zu hochwertigen Lebensmitteln und einer Bildung im Bereich Nachhaltigkeit.

Das Programm umami, ein neuer Bestandteil des bestehenden Schulprogramms der Stiftung Senso5, geht auf diesen Bedarf ein. Umami wurde gemeinsam von der Senso5-Stiftung, der Berner Fachhochschule (BFH) und der Pädagogischen Hochschule Wallis (HEP-VS) entwickelt und ist das erste zweisprachige (Französisch und Deutsch) und lehrplanverankerte Programm der Schweiz, das Ernährung, Esskultur und Nachhaltigkeit für die Zyklen 1 und 2 vollständig integriert. Es baut auf der sensorischen, erfahrungsorientierten Pädagogik des früheren Senso5-Projekts auf, bei dem eine 2012 durchgeführte Evaluation positive Auswirkungen auf die Neugier und das Engagement der Kinder sowie langfristig gesündere Entwicklungsverläufe zeigte.

Umami wurde zwischen 2021 und 2024 gemeinsam mit Lehrpersonen, Kindern, Expert*innen und Interessengruppen entwickelt. Eine Bedarfsanalyse aus dem Jahr 2020 mit Lehrpersonen aus den Kantonen Wallis, Freiburg und Genf bestätigte, dass der sensorische Ansatz zwar weiterhin hochgeschätzt wurde, die vorhandenen Materialien jedoch veraltet waren, nicht ausreichend auf die Lehrpläne (Lehrplan21, PER) abgestimmt waren und Inhalte zur Nachhaltigkeit fehlten. Dies führte zur Entwicklung aktualisierter, einsatzbereiter und in den Lehrplan integrierter Materialien.

Das Ernährungsbildungsprogramm umami baut auf dem bereits bestehenden Programm Senso5 auf. Umami verfolgt einen ganzheitlichen pädagogischen Ansatz, der verschiedene Fachbereiche miteinander verbindet (Interdisziplinarität) und gleichzeitig bewusst fächerübergreifende Kompetenzen – insbesondere kritisches Denken und eigenständiges Reflektieren – fördert, um ein umfassendes Verständnis für Ernährungsthemen zu vermitteln.

Umami ist Teil eines aktiven, erfahrungsorientierten und situationsbezogenen Lernprozesses, der in realen Situationen verwurzelt ist und in dem die Schüler*innen voll und ganz in den Aufbau ihres Wissens eingebunden sind. Das Programm wird in einer unterstützenden, nicht-standardisierten Lernumgebung durchgeführt. Diese fördert Erkundung, Dialog und persönliche Sinnfindung.

Das daraus resultierende Programm besteht aus 32 pädagogischen Lerneinheiten zu acht Themen. Alle Materialien sind über eine digitale Plattform zugänglich und auf die nationalen Prioritäten in den Bereichen Gesundheit und Nachhaltigkeit abgestimmt.

2.2 Projektbeschreibung

In diesem Zusammenhang beauftragte Gesundheitsförderung Schweiz eine formative Evaluation des umami-Programms, um dessen Akzeptanz, Benutzerfreundlichkeit und wahrgenommenen Wert zu untersuchen. Die Ergebnisse dienen als Orientierung für die Weiterentwicklung der Unterrichtsmaterialien und der Umsetzungsstrategie. Dieses Faktenblatt fasst die wichtigsten Ergebnisse und Schlussfolgerungen der formativen Evaluation zusammen. Das der Evaluation zugrunde liegende Wirkungsmodell (Abbildung 1) zeigt, wie die Inputs und Umsetzungsaktivitäten der Pilotphase zu ersten Ergebnissen für Schüler*innen, Lehrpersonen und externe Interessengruppen führten, und bietet einen strukturierten Überblick über die Mechanismen, durch die umami während der formativen Evaluation vermittelt und erlebt wurde. Es hebt die bewerteten Elemente hervor – wie zum Beispiel das Engagement der Schüler*innen, die Benutzerfreundlichkeit für Lehrpersonen und die Wahrnehmung der Interessengruppen – und liefert die Grundlage für die Empfehlungen zu den «nächsten Schritten» der Programmentwicklung.

3 Ausgewählte Ergebnisse

3.1 Die Schüler*innen zeigten ein hohes Engagement und eine positive Akzeptanz

Insgesamt 111 Schüler*innen erteilten ihre Einwilligung zur Datenerhebung und füllten den Evaluationsfragebogen im Klassenzimmer aus. Davon waren 46 im Zyklus 1 und 65 im Zyklus 2. Die Schüler*innen stammten überwiegend aus den Kantonen Bern (42,3%) und Wallis (26,1%).

In deutschsprachigen Klassen des Zyklus 1 war die am häufigsten durchgeführte Unterrichtseinheit «Essensvorlieben und Kultur» (47 Schüler*innen, 42,3%). An französischsprachigen Schulen wurden «Pratiques culinaires» (Zyklus 1) und «Choix alimentaires et santé planétaire» (Zyklus 2) jeweils mit 18 Schüler*innen (16,2%) getestet. «Kulinarische Kompetenzen» (Deutsch, Zyklus 2) wurde hingegen mit 17 Schüler*innen (15,3%) getestet und «Préférences alimentaires et culture» (Französisch, Zyklus 2) mit 11 Schüler*innen (9,9%). Die Durchschnittsbewertungen für die zwölf gemessenen Kriterien (auf einer Skala von 1 bis 5) waren hoch und lagen meist zwischen 4,2 und 4,4 (Tabelle 1). Über alle Sprachen hinweg gaben die französischsprachigen Schüler*innen eine etwas höhere Gesamtzufriedenheit an (M = 4,37) als die deutschsprachigen Schüler*innen (M = 4,14). Die Schüler*innen schätzten insbesondere die praktischen Komponenten wie das Probieren, das Experimentieren und das Zeichnen. Einige äusserten den Wunsch nach noch mehr kreativen Aktivitäten.

TABELLE 1

Bewertung der Wahrnehmung der umami-Lerneinheiten

Frage (Kurzbezeichnung)	Mittelwert (M)
Interessant	4,35
Angenehm	4,35
Einfach zu machen	4,28
Wertschätzung	4,23
Aktive Teilnahme	4,43
Engagiert	4,27
Klare Anweisungen	4,47
Neue Dinge gelernt	4,04
Den Inhalt verstanden	4,01
In der Lage zu antworten	4,05
Nützlich	3,89
Würde mir mehr Aktivitäten wünschen	4,36

Hinweis: Für jeden Punkt, der die Wahrnehmung der Schüler*innen hinsichtlich der umami-Lerneinheiten bewertet, werden die Durchschnittswerte (auf einer 5-Punkte-Likert-Skala) dargestellt.

ABBILDUNG 1

Wirkungsmodell der formativen Evaluation von umami, das die gemeldeten Ergebnisse für Schüler*innen, Lehrpersonen und externe Interessengruppen zusammenfasst

Input (Mit welchen Mitteln?)	**Umsetzung/Massnahmen** (Mit welchen Mitteln?)	**Ergebnis** (Was wurde geliefert?)	**Ergebnisse** (formativ, basierend auf den Evaluationsergebnissen)	**Auswirkungen** (erwarteter Beitrag – nächste Schritte)
Gemeinsam entwickeltes Bildungsprogramm zu Ernährung und Nachhaltigkeit (umami) • Fachwissen von der BFH, Senso5, HETS der HES-SO Valais-Wallis und der HEP-VS • Ernährungsberater*innen sowie Expert*innen für Nachhaltigkeit und Ernährungssysteme **Ressourcen** • Finanzielle Unterstützung durch Projektpartner*innen • Lehrkräfte und Schulpersonal • Online-Plattform **Partizipative Mitgestaltung** mit Lehrkräften und Kindern	**Entwicklung von Unterrichtseinheiten auf Französisch und Deutsch (Zyklen 1 und 2)** **Lehrpersonenworkshops** Einführung in die umami-Materialien und Pilotdurchführung **Einbeziehung der Kinder** 22 Kinder als Mitforschende in Co-Design-Workshops **Pilotversuch** 5 Unterrichtseinheiten, getestet zwischen Januar und Mai 2025 an 8 Schulen (3 französischsprachige, 5 deutschsprachige) **Formative Evaluationsmassnahmen** • Die Schüler*innen füllten einen 14-Punkte-Fragebogen zur Zufriedenheit aus • Lehrpersonen-Fokusgruppen (Deutsch und Französisch) • World-Café-Workshops mit 38 externen Interessengruppen (Bern und Lausanne)	**Für Schüler*innen** • Durchführung von Pilotunterrichtsstunden auf Französisch und Deutsch • Zugang zu praktischen Aktivitäten (Verkostung, Experimente, sensorische Aufgaben) • Altersgerechte Fragebögen und visuelle Materialien **Für Lehrpersonen** • Gebrauchsfertige Unterrichtseinheiten • Begleitmaterialien, Glossar, Bildmaterial, Videos • Durchgeführte Lehrpersonen-Workshops **Für Schulen** • Pilotgetestete Materialpakete (Französisch und Deutsch) • Zugang zur Prototyp-Plattform (edu-umami) **Für Interessengruppen** • Strukturierte Materialien für das World Café • Präsentationen, Fragebögen und Zusammenfassungsblätter	**Schüler*innen** • Sehr positive Wahrnehmung der Sequenzen • Hoher Spassfaktor sowie Lernerfolg und wahrgenommener Nutzen • Grosse Wertschätzung für praktische, sensorische und kreative Aktivitäten • Grosse Neugier, die sich im Wunsch nach weiteren Unterrichtsstunden zeigt **Lehrpersonen** • Hohe Zufriedenheit mit der Verständlichkeit und Anpassungsfähigkeit • Positive Auswirkungen auf die Unterrichtsatmosphäre • Identifizierung von Hindernissen (Arbeitsbelastung, Logistik) und förderlichen Faktoren **Externe Interessengruppen** • Anerkennung der wissenschaftlichen Glaubwürdigkeit und des interdisziplinären Werts • Verbesserung der Abstimmung mit dem LP21-Lehrplan und BNE • Notwendigkeit einer klareren Abgrenzung des Nachhaltigkeitsbegriffs (ökologische + soziale + Genussdimensionen) • Schwerpunkt auf institutioneller Verankerung und realistischen Umsetzungsstrategien	• Anerkennung der Ernährungsbildung und ihrer Auswirkungen auf Schulen sowie gesellschaftlicher Beiträge durch Interessengruppen (Bildung, Gesundheit, Nachhaltigkeit) • Verstärkte Integration von Ernährungskompetenz und Nachhaltigkeitsbildung in die Lehrpläne der Schweizer Primarschulen (PER, LP21) • Entwicklung der Ernährungskompetenz der Schüler*innen in den Schweizer Primarschullehrplänen, was zu fundierten und nachhaltigen Ernährungsentscheidungen führen könnte

Hinweis: Die Wirkungslogik basiert auf den Ergebnissen der formativen Evaluation und skizziert die erwartete Wirkungslogik für das umami-Programm.

3.2 Die Lehrpersonen waren mit der Benutzerfreundlichkeit sehr zufrieden

Insgesamt acht Lehrpersonen setzten das umami-Programm um und nahmen an den Fokusgruppen teil: drei aus der französischsprachigen Region und fünf aus der deutschsprachigen Region. An den Fokusgruppen nahmen Moderierende, eine Beobachtende und die Lehrpersonen teil. Die Lehrpersonen bewerteten die umami-Pilotmaterialien sehr positiv. Sie berichteten, dass die Lerneinheiten klar, gut strukturiert und leicht in den regulären Unterrichtsablauf zu integrieren waren. Die Mehrheit der Lehrpersonen empfand die Inhalte als geeignet für die Zielaltersgruppen und schätzte die Kombination aus sensorischen, praktischen und fächerübergreifenden Aktivitäten. Eine Übersicht über die Hauptthemen, die sich aus diesen Fokusgruppendiskussionen ergaben, ist in Abbildung 2 zu finden.

Die Lehrpersonen stellten fest, dass die Lerneinheiten eine motivierende Atmosphäre im Klassenzimmer schufen, wobei die Schüler*innen grosses Interesse zeigten und sich aktiv beteiligten. Sie berichteten, dass umami den Kindern dabei half, auf sinnvolle und altersgerechte Art über Ernährung, Kultur und Nachhaltigkeit nachzudenken. Die visuellen Materialien, Arbeitsblätter und strukturierten Anleitungen wurden als besonders hilfreich für die Durchführung des Unterrichts beschrieben.

Gleichzeitig identifizierten die Lehrpersonen, insbesondere in den deutschsprachigen Regionen, mehrere praktische Hindernisse, die mit den realen Bedingungen im Klassenzimmer zusammenhingen. Dazu zählen Zeitdruck, der Bedarf an klareren Zeitangaben sowie Herausforderungen in Bezug auf Zutaten, Zubereitung oder Logistik. Trotz dieser Einschränkungen äusserten die Lehrpersonen insgesamt grosse Zufriedenheit mit umami und gaben an, dass sie die Materialien wieder verwenden würden.

Die Lehrpersonen betonten zudem den Wert des sensorischen Ansatzes und stellten fest, dass praktische und situationsbezogene Erfahrungen den Kindern halfen, abstrakte Konzepte in Bezug auf Ernährung, Gesundheit und Nachhaltigkeit besser zu verstehen. Sie betrachteten das Programm als nützliche Ergänzung zu den bestehenden Lehrplananforderungen und erkannten sein Potenzial zur Stärkung der Ernährungskompetenz in Primarschulen.

3.3 Die Interessengruppen erkannten die hohe wissenschaftliche Glaubwürdigkeit und das Potenzial des Programms

In Bern und Lausanne fanden zwei Rundtischgespräche, sogenannte «World Cafés», statt, um die Wahrnehmungen und Einstellungen der Interessengruppen gegenüber dem umami-Programm zu erörtern. Die Teilnehmenden beider Gruppen waren hinsichtlich des Alters und des beruflichen Hintergrunds vielfältig. Während die Berner Gruppe (n = 17) ausschliesslich aus Frauen bestand, wies die Lausanner Gruppe (n = 21) eine ausgewogene Geschlechterverteilung auf. Zudem füllten die Teilnehmenden freiwillig den Online-Fragebogen aus (Bern: n = 14, Lausanne: n = 15).

Eine Zusammenfassung des Feedbacks, das von den Teilnehmenden erhalten wurde, ist in Tabelle 2 dargestellt. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Beteiligten während der Diskussionen die wissenschaftliche Glaubwürdigkeit von umami, den interdisziplinären Ansatz sowie die Übereinstimmung mit übergeordneten Bildungs- und Nachhaltigkeitszielen anerkannten.

Die Teilnehmenden aus Lausanne bewerteten die Qualität des Programms positiv und sahen dessen Ziele als klar an. Besonders geschätzt wurden die vorgefertigten Unterrichtspläne mit praktischen sensorischen Aktivitäten und wissenschaftlich fundierten, ganzheitlichen Inhalten, die den Lehrpersonen sofort zur Verfügung stehen. Die Interessengruppen hoben hervor, dass umami Themen behandelt, die in der Schweiz zunehmend an Bedeutung gewinnen, darunter Lebensmittelverschwendung, planetare Gesundheit, kulturelle Vielfalt und bewusster Konsum. Es wurden auch erhebliche systemische Hindernisse identifiziert, darunter finanzielle Engpässe, gesellschaftliche Sensibilitäten hinsichtlich Ernährungsentscheidungen, ein überfüllter Lehrplan mit konkurrierenden Programmen, begrenzte Kenntnisse der Lehrpersonen über BNE-Strategien sowie Zeitdruck.

ABBILDUNG 2

Überblick über die Themen, die sich aus der Analyse und der Kodierung der Lehrpersonen-Fokusgruppen ergeben haben

Klarheit, Angemessenheit und Durchführbarkeit

- Die Abläufe waren leicht zu verstehen und umzusetzen
- Klare Ziele und auf die Schüler*innen abgestimmte Anleitungen
- Keine Differenzierung notwendig; für alle Lernenden zugänglich
- *Einige Aktivitäten (z. B. Butterherstellung, saisonale Ernährung, Exkursionen) stellten Herausforderungen dar*

Arbeitsaufwand

- Die Abläufe waren einfach umzusetzen
- Zusatzmaterialien (z. B. Glossar) waren hilfreich
- *Zusätzliche Inhalte gewünscht*
- *Zeitaufwändig, um Lebensmittel zu beschaffen und technische Probleme zu lösen (z. B. Drucken)*

Integration in den Lehrplan

- Starke Übereinstimmung mit Lehrplan 21/PER
- Verbindungen zum Lehrplan waren generell klar
- *Interdisziplinarität führte zu leichter Verwirrung*

Förderliche Faktoren

- Einsatzbereite Unterrichtssequenzen
- Finanzielle Unterstützung von Schulen
- Modulare Sequenzen passen in Stundenpläne
- Für alle Niveaus zugänglich
- Visualisierungen (Bilder/Videos) effektiv
- Glossare sowie Gesundheits- und Nachhaltigkeitsprotokolle wurden gelobt

Barrieren, Herausforderungen und Verbesserungsvorschläge

- Umfassendere Zeitangaben gewünscht
- Leitfaden zur Vermeidung von Stereotypisierung gewünscht
- Mehr zu Lebensmittelherkunft, Ernährungspyramide, Makronährstoffen; Ausbau natürlicher Ressourcen
- *Logistische Probleme: Exkursionen, Beschaffung von Lebensmitteln*
- *Sozioökonomische Einschränkungen*
- *Kulturelle Sensibilität bei der Unterrichtseinheit zu nationaler Küche*
- *Technische Schwierigkeiten mit Visualisierungen*
- *Saisonale Verfügbarkeit von Lebensmitteln*

Bereitschaft zur Weiterführung und Schulungsbedarf

- Alle Teilnehmenden würden umami erneut durchführen
- Stärkte den Klassenzusammenhalt
- Kein zusätzlicher Schulungsbedarf festgestellt

Hinweis: Der kursiv gedruckte Text bezieht sich auf von den Lehrpersonen genannte Hindernisse bei der Umsetzung.

Die Berner Gruppe äusserte Vorbehalte hinsichtlich der Klarheit des Programms, der Fokussierung auf individuelles statt soziales Verhalten und der Positionierung von Kindern als «Erziehende» ihrer Eltern. Die Teilnehmenden betonten die Notwendigkeit einer stärkeren institutionellen Verankerung durch kantonale Zusammenarbeit und Finanzierung, einer erhöhten Sichtbarkeit durch Fachpublikationen und Online-Plattformen, einer klareren Integration von Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) und sozialer Nachhaltigkeit sowie praktischer Umsetzungsstrategien wie Projektwochen, Bottom-up-Einsatz von Lehrpersonen und Freiwilligen-/Peer-Ansätze für langfristige Nachhaltigkeit.

TABELLE 2

Zusammenfassung des Feedbacks zu umami aus den World Cafés der Interessengruppen, wie von den Teilnehmenden in Bern und Lausanne berichtet

Thema	Gruppe	Schwerpunkte
Allgemeiner Eindruck und Verständnis	**Bern**	Weitgehend positiv, hatte Vorbehalte hinsichtlich Klarheit und Umfang
	Lausanne	Das Programm wurde positiv bewertet, die Ziele wurden als klar empfunden
Akzeptanz	**Bern und Lausanne**	Das Programm wurde aufgrund des multidisziplinären Ansatzes, der wissenschaftlichen Entwicklung, der Zitate und der renommierten Verbände als vertrauenswürdig angesehen
Wert für Lehrpersonen	**Bern und Lausanne**	Schätzen den Wert der vorgefertigten Unterrichtspläne und Begleitmaterialien; schätzen wissenschaftlich fundierte, interdisziplinäre und ganzheitliche Inhalte
Vorschläge	**Bern**	Als Projektwoche starten; praktische Tipps geben (z. B. Umgang mit Lebensmittelallergien)
	Lausanne	Betonung von einsatzbereiten Unterrichtsplänen, die auf den Lehrplan und die Interessen der Schüler*innen abgestimmt sind; Verwendung von Fachpublikationen; Entwicklung einer Online-Plattform mit Videos und Infografiken; Bottom-up-Ansatz zur Förderung des Engagements von Lehrpersonen
Hindernisse	**Bern**	Zeitliche Einschränkungen; mangelndes Wissen über Nachhaltigkeit; kulturelle und politische Herausforderungen
	Lausanne	Zeitaufwand; konkurrierende Programme; Budgetprobleme
	Bern und Lausanne	Finanzielle Einschränkungen; politischer Widerstand; bereits bestehende ähnliche Programme; Sensibilität bei Ernährungsthemen
Fördernde Faktoren	**Bern**	Umfassend und lehrreich; unterstützt Lehrmittel; deckt breite Kompetenzen ab; steht im Einklang mit Lebenskompetenzen
	Lausanne	Möglichkeiten zur Zusammenarbeit mit der Gemeinde, Unternehmen und Behörden; notwendige Schulung der Lehrpersonen; einfache Zugänglichkeit; Engagement der Gemeinde
Langfristige Nachhaltigkeit	**Bern**	Freiwilligenarbeit und Peer-Ansätze prüfen; die begrenzte Nutzung von Unterrichtsmaterialien aufgrund finanzieller Engpässe angehen; kantonale Finanzierung anstreben
	Lausanne	Erfordert kantonale Zusammenarbeit; mögliche Unterstützung durch Gesundheits- und Bildungsbehörden

4 Empfehlungen

Die formative Evaluation lieferte wichtige Erkenntnisse zu den Stärken und Herausforderungen des umami-Programms. Um sicherzustellen, dass diese formativen Ergebnisse in die Praxis umgesetzt werden, zeigen die folgenden Empfehlungen auf, wie die gewonnenen Erkenntnisse in die weitere Entwicklung und Umsetzung von umami integriert werden können (Tabelle 3). Diese Empfehlungen spiegeln geplante Verbesserungen wider, um die Grundlagen des Programms zu festigen, die Abstimmung zwischen Lehrplan und Institution zu verbessern und eine nachhaltige Verbreitung in der ganzen Schweiz zu unterstützen.

TABELLE 3

Empfehlungen für die Weiterentwicklung von umami

Empfehlung	Massnahme
1 **Klärung der Ziele**	Klare Kommunikation der beiden Ziele von umami in allen Materialien: (1) die Entwicklung der Ernährungskompetenz von Kindern und (2) die Stärkung der Lehrpersonen in der Ernährungsbildung. Betonung, dass umami nicht darauf abzielt, die Essgewohnheiten der Kinder direkt zu ändern.
2 **Steigerung der Glaubwürdigkeit des Programms**	Entwicklung einer Strategie, um relevante Bildungsveranstaltungen gezielt anzusprechen und so die Sichtbarkeit bei Bildungseinrichtungen und Lehrernetzwerken zu erhöhen.
3 **Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) deutlicher hervorheben**	Explizitere Verbindung von BNE auf der Plattform über verschiedene Lerneinheiten hinweg und Sicherstellung einer ausgewogenen Abdeckung ökologischer, sozialer, wirtschaftlicher und genussbezogener Nachhaltigkeit. Hinzufügung expliziter Verknüpfungen zu interdisziplinären Themen in Lehrplan 21 und PER.
4 **Sicherung der offiziellen Anerkennung**	Definition einer Strategie zur Erlangung der offiziellen Zulassung als Unterrichtsmaterial in Zusammenarbeit mit kantonalen und eidgenössischen Bildungsbehörden und Lehrplanbehörden.
5 **Soziale Nachhaltigkeit und Ungleichheit**	Überarbeitung der Lerneinheiten in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Landwirtschaft, um soziale Nachhaltigkeit, kulturelle Vielfalt, Erschwinglichkeit und inklusive Inhalte einzubeziehen und dabei Stereotypen zu vermeiden.
6 **Anpassung der Lerneinheiten**	Anpassung der Zeitvoranschläge (insbesondere bei deutschsprachigen Lerneinheiten), Vorschlag eines Umsetzungsbudgets (z. B. Beitrag pro Schüler*in von kantonalen Partner*innen), Entwicklung einer speziellen Lerneinheit zu Ernährungssystemen, Verbesserung der Plattformfunktionalität und Erstellung eines Einführungsvideos.
7 **Lehrpersonenfortbildung**	Entwicklung von Weiterbildungsmodulen zur Ernährungsbildung in Französisch und Deutsch. Einwerbung externer Mittel (z. B. Bundesamt für Umwelt) zur Unterstützung der Konzeption und der Pilotphase.
8 **Umami mit Familien verbinden**	Entwicklung eines Konzepts zur Einbindung der Familien, das das Lernen stärkt, ohne die Verantwortung für das Verhalten auf die Kinder abzuwälzen.

5 Evaluationsdesign und -ansatz

Zur Durchführung der formativen Evaluation von umami wurden verschiedene Datenerhebungsmethoden eingesetzt (Tabelle 4). Zwischen März und Mai 2025 wurden die Daten der drei zentralen Interessengruppen erhoben: Schüler*innen, Lehrpersonen und externe Interessengruppen. Anhand von Schüler*innenbefragungen wurden die Qualitätswahrnehmung der Unterrichtsmethode und ihre Akzeptanz bei französisch- und deutschsprachigen Schüler*innen im Alter von vier bis zwölf Jahren quantitativ erfasst. In halbstrukturierten Fokusgruppen mit Lehrpersonen wurden die Klarheit, die Durchführbarkeit und die Integration der Lerneinheiten in bestehende Lehrpläne untersucht sowie fördernde Faktoren, Hindernisse und Unterstützungsbedarf ermittelt. World-Café-Sitzungen der Interessengruppen in Bern und Lausanne ermöglichten strukturierte Diskussionen über die Akzeptanz des Programms im Schweizer Bildungswesen und Strategien zur Einbindung von Lehrpersonen in den Kantonen, ergänzt durch quantitative Fragebögen zur Glaubwürdigkeit und Angemessenheit des Programms. Zur Integration aller Datenquellen wurde die Triangulation verwendet, was eine Kreuzvalidierung der Themen ermöglichte, die sich aus den Antworten der Schüler*innen, den Diskussionen der Lehrpersonen und den Perspektiven der Interessengruppen ergaben. Dieser methodische Ansatz stärkte die Kohärenz und die Robustheit der Evaluationsergebnisse.

TABELLE 4

Datenerhebungsmethoden, Inhalte und Teilnehmendenzahlen für die formative Evaluation von umami

Datenerhebung	Inhalt	Zeitraum	Anzahl Teilnehmende
Fragebogen für Schüler*innen			
Fragebogen im Anschluss an den umami-Unterricht	Wahrnehmung der Schüler*innen hinsichtlich Akzeptanz, Qualität, Nützlichkeit und Engagement während der Aktivitäten; Wunsch, weitere umami-Aktivitäten zu erleben, sowie Wunsch nach weiteren Inhalten	Innerhalb von drei Wochen nach der letzten Unterrichtsstunde	n = 111
Interviews mit Lehrpersonen			
Halbstrukturierte Fokusgruppen	Wahrnehmung der Lehrpersonen hinsichtlich Klarheit, Angemessenheit und Durchführbarkeit der Unterrichtsabläufe; Bewältigbarkeit des Arbeitsaufwands; Integration in den Lehrplan; Engagement der Schüler*innen; fördernde Faktoren, Hindernisse und Verbesserungsmöglichkeiten; Bereitschaft, umami weiterhin einzusetzen; Unterstützungs- und Schulungsbedarf	Mai 2025	Zwei Fokusgruppen: • Deutsch (n = 5) • Französisch (n = 3)
World Cafés der Interessengruppen			
World-Café-Sitzungen mit strukturierten Diskussionen unter Verwendung der RREAL-Methodik[a]	Verständnis, Akzeptanz und Bewertung von umami durch externe Interessengruppen im Schweizer Gesundheits- und Bildungswesen; Strategien zur Einbindung und Motivation von Lehrpersonen in allen Kantonen	März 2025	Zwei Sitzungen: • Bern (n = 17) • Lausanne (n = 21)
World-Café-Fragebogen	Gesamtqualität, Benutzerfreundlichkeit, Angemessenheit der Botschaften zu Ernährung und Nachhaltigkeit; didaktischer Ansatz; Glaubwürdigkeit des Programms		Bern (n = 14 von 17)
			Lausanne (n = 15 von 21)

[a] siehe Rapid Research Evaluation and Appraisal Lab (RREAL), abgerufen am 30.10.2025 von https://www.rapidresearchandevaluation.com

6 Literaturverzeichnis

Schneider, H. & Venetz, W. (2014). *Cost of Obesity in Switzerland in 2012. Final Report.* Im Auftrag des Bundesamts für Gesundheit BAG. https://www.aramis.admin.ch/?DocumentID=14379

Vidgen, H. A. & Gallegos, D. (2014). Defining food literacy and its components. *Appetite, 76,* 50–59. https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.01.010

Vincentini, J., Häusermann, T., Catalano, L., Schwitzguébel, J., Estoppey, S., Isler, F., Sardi, M., Brombach, C., Chatelan, A., Chaouch, A. et al. (2026). *menuCH-Kids. Swiss national nutrition survey in children and adolescents – report.* Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV. https://doi.org/10.16908/pub.2026.001

Zimmermann, A., Nemecek, T. & Waldvogel, T. (2017). Umwelt- und ressourcenschonende Ernährung: Detaillierte Analyse für die Schweiz. *Agroscope Science, 55.*

Impressum

Herausgeberin
Gesundheitsförderung Schweiz

Projektleitung Evaluation
Gesundheitsförderung Schweiz
Dr. Ran Grünenfelder, Projektleiter Wirkungsmanagement, Grünenfelder Zumbach GmbH

Projektverantwortliche
Gesundheitsförderung Schweiz
Bettina Husemann, Projektleiterin Ernährung

Autorinnen
- Dr. Joyce Haddad (BFH-Health)
- Sarah Morier (HEP-VS)

Mit Dank für wesentliche Beiträge an:
- Nia Stephens-Metcalfe (BFH-HAFL)
- Franziska Scheidegger-Balmer (BFH-Health)
- Charlotte Bourcet (BFH-HAFL)
- Eugenia Harms (BFH-HAFL)
- Fabienne Bochatay-Morel (Senso5)
- Véronique Michelet (Senso5)

Evaluationsbericht
Haddad, J. & Morier, S. (2025). *Evaluation von «umami», einem neuen Teil des Schulprojekts «Senso5» zur Ernährungsbildung.* Im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz.

Fotonachweis Titelbild
iStock

Reihe und Nummer
Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 139

© Gesundheitsförderung Schweiz, Juli 2026

Auskünfte/Informationen
Gesundheitsförderung Schweiz
Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen