



Kanton Bern
Canton de Berne

EDUCATION

Amtliches Schulblatt des Kantons Bern
Bildungs- und Kulturdirektion (BKD)
Feuille officielle scolaire du canton de Berne
Direction de l'instruction publique et de la culture (INC)

Dezember / Décembre / www.be.ch/bkd

4.23

Essen und Trinken | Alimentation

Politischer Kommentar | Regard politique

4 Über den eigenen Tellerrand hinausdenken

5 Cultivons notre jardin

6 Denkmalpflege |
Monuments historiques

9 Magazin | Magazine

Dossier Essen und Trinken Alimentation

12 «Wir leben in einer Fressgesellschaft»
Essen und Trinken bedeuten nicht nur die Befriedigung von Grundbedürfnissen, sie sind wichtiges Kulturgut und verlangen Verantwortung.

16 «Essen ist eine überlebenswichtige Kulturtechnik» Umgang und Wertschätzung des Essens haben sich in der schnellebigen Zeit enorm verändert. Spannende Einblicke in unser Essverhalten von Prof. Christine Brombach.

20 À Bienne, régal rime avec durabilité À Bienne, des repas de midi à la sauce durabilité: 1500 repas pour les écoles à horaire continu et les crèches sont préparés chaque jour dans une cuisine appartenant à la ville.

22 Vegetarisch, vegan oder doch mit Fleisch?
Fragen der Ernährung sind auch in den sozialen Medien allgegenwärtig. Die Ernährungspsychologin Ronia Schifftan erklärt die Zusammenhänge.

25 Vom Schulgarten zum Znünisnack
Gemüseanbau für den Eigengebrauch in Aarwangen: Schülerinnen und Schüler realisieren ihren Bioschulgarten.

27 Wenn das gemeinsame Znüni zum Schulhaus-event wird
In der Stadt Bern bieten Volksschulen ein monatliches Znüni an – ein Besuch im Schulhaus Wankdorf.

30 Kultur und Schule |
Culture et école

Porträt | Portrait

32 Miguel Mira:
Herr Miras «Restaurant» hätte drei Sterne

Volksschule | École obligatoire

34 Schulzahnpflege:
Was Ernährung mit unseren Zähnen macht

36 Erziehungsberatung:
«Wir schauen sehr genau hin»

Mittelschule/Berufsbildung | Écoles moyennes/ Formation professionnelle

38 Bildung und Digitalisierung:
Einweihung des Kompetenzzentrums BeLEARN

42 Filière bilingue ECG: l'École de culture générale roule maintenant en mode bilingue

44 Laufbahngestaltung:
Ein Geschenk fürs Leben

PHBern – aktuell

48 PHBern-Studie zu Ganztageschulen
in der Stadt Bern: Wenn Schule und Betreuung organisch ineinandergreifen

50 Künstliche Intelligenz im Unterricht:
Wie KI richtig und sinnvoll nutzen

52 Fachdidaktikmaster NMG+NE:
5 Stimmen zum 5-Jahr-Jubiläum

54 Neuer CAS Psychische Gesundheit
an der Schule: Psychisch gestärkte Kinder sind glücklicher

55 CAS Digitale Medien im Unterricht:
Kreide und KI im Klassenzimmer

57 Amtliches Schulblatt |
Feuille officielle scolaire



32



36



44

GENUSS – VERANTWORTUNG

Ernährung zählt zu den unabdingbaren menschlichen Grundbedürfnissen. Dabei ist entscheidend, was wir essen und trinken. Wer sich vorwiegend von hoch verarbeiteten Produkten mit viel Zucker, Salz und Zusatzstoffen ernähre und Süssgetränken den Vorzug gebe, könne nicht nur körperlich erkranken, sondern auch depressiv werden, sagt Uma Naidoo, amerikanische Psychiaterin und gelernte Köchin.

Ernährung ist gleichzeitig viel mehr als Nahrungsaufnahme: Kultur und Genuss einerseits, ethische Verantwortlichkeit andererseits. Mit unseren Ernährungsentscheiden prägen wir die Arbeitsbedingungen und das Leben von Menschen anderer Länder, auf anderen Kontinenten mit, die einen Teil unserer Lebensmittel für uns produzieren. Was wir essen, hat auch eine politische Komponente: Trotz allen wirtschaftlich-technologischen Bemühungen und Produktivitätssteigerungen auf den landwirtschaftlich genutzten Flächen der Welt ist es seit dem Zweiten Weltkrieg nicht gelungen, den Hunger zu beenden. Im Gegenteil: Hunger nimmt wieder zu. EDUCATION geht der Frage nach, wie Kinder und Jugendliche in diesem Spannungsfeld an ein gesundes, nachhaltiges Essverhalten herangeführt werden können.

ALLIER PLAISIR ET RESPONSABILITÉ

L'alimentation fait partie des besoins indispensables et fondamentaux de l'être humain. Ce que nous mangeons et buvons revêt donc une grande importance. Comme l'affirme Uma Naidoo, psychiatre américaine et cheffe cuisinière de formation, se nourrir principalement de produits hautement transformés contenant beaucoup de sucre, de sel et d'additifs et privilégier les boissons sucrées peut non seulement être source de troubles physiques, mais aussi d'états dépressifs.

L'alimentation va bien au-delà de la consommation de nourriture. Elle est étroitement liée à la culture et au plaisir d'une part, mais aussi à la responsabilité éthique d'autre part. Nos choix alimentaires ont un impact sur les conditions de travail et sur la vie de personnes dans d'autres pays, qui produisent une partie de notre nourriture. Ce que nous mangeons a aussi une composante politique: malgré tous les efforts sur les plans économique et technologique et l'augmentation de la productivité sur les surfaces agricoles exploitées dans le monde, nous ne sommes pas parvenus à éradiquer la faim depuis la Seconde Guerre mondiale. Bien au contraire, le nombre de personnes souffrant de la faim augmente de nouveau. Dans ce numéro, EDUCATION s'interroge sur la façon d'encourager les enfants et les jeunes à adopter des comportements alimentaires sains et durables.

**Yves Brechbühler, yves.brechbuehler@be.ch
Redaktionsleiter EDUCATION | Chef de la rédaction d'EDUCATION**



ÜBER DEN EIGENEN TELLERRAND HINAUSDENKEN

Christine Häslar, Bildungs- und Kulturdirektorin
christine.haesler@be.ch

Meine kleinen Enkel lieben Rübli. Am liebsten frisch aus dem Gartenbeet. Sie kennen das Kraut und wissen genau, an welcher Pflanze man ziehen muss, damit man mit einem frischen Rübli zum Brunnen gehen, es waschen und dann reinbeissen kann. Diese Erfahrung können heute nicht mehr alle Kinder machen. Manchen fehlt das Privileg, einen Garten, ein Gemüsebeet oder ein Balkonkistchen mit Pflanzen zu haben.

Aber auch ohne Gartenbeet können wir dafür sorgen, dass Kindern (und uns!) der Wert von Nahrungsmitteln und Ressourcen bewusst ist. Indem wir uns diese Werte immer wieder selbst bewusst machen. Woher kommt das, was ich gerade esse, trage oder benutze? Wer hat es produziert, transportiert und verarbeitet? Habe ich einen fairen Preis dafür bezahlt? Haben

die Produzenten einen fairen Lohn erhalten? Schätze ich, was ich habe, und reicht es mir aus, oder brauche ich immer noch mehr und noch mehr?

Aus meiner Sicht müssen wir uns auch den Schattenseiten unserer Gesellschaft widmen und dabei ehrlich sein. Zugeben, dass es uns gut geht. Auch auf Kosten von Menschen, denen es nicht gut geht. Zugeben, dass es Kinder gibt, die hungern müssen und keine Chancen auf Bildung und Gesundheitsversorgung haben. Uns der Tatsache stellen, dass wir im Überfluss leben, während anderswo Kinder hungern. Wir sind als Gesellschaft zwar in der Lage, in die entlegensten Gebiete dieser Erde vorzudringen, immer neue Rekorde aufzustellen und all unsere wichtigen und unwichtigen Erlebnisse in Windeseile der

CULTIVONS NOTRE JARDIN

Christine Häslér, directrice de l'instruction publique et de la culture
christine.haessler@be.ch

Mes petits-enfants adorent les carottes, surtout si elles sont fraîches et viennent de notre potager. Ils savent reconnaître leurs fanes et cueillir celles qui sont mûres. Une fois la carotte fraîche entre leurs mains, ils courent la laver à la fontaine et la croquent à pleines dents. Aujourd'hui, ces expériences sont réservées à une partie des enfants. Certains n'ont pas le privilège d'avoir un jardin, un potager ou une jardinière sur leur balcon.

ganzen Welt mitzuteilen. Aber offensichtlich sind wir nicht in der Lage, dafür zu sorgen, dass jedes Kind auf dieser Erde satt wird und ein würdiges Leben führen kann. Das ist ein Armutszeugnis. Für uns, die wir immer und überall meinen, die Patentrezepte zu haben. Für uns, die wir immer noch mehr wollen. Immer noch mehr benötigen und optimieren und anhäufen.

Sie finden, dies sei kein schönes Thema? Sie haben recht. Es ist ein hässliches Thema. Doch wenn wir uns – wie in diesem Heft – mit Essen und Trinken befassen, dann können wir Hunger und Unrecht nicht verschweigen. Dann müssen wir im wahrsten Sinne des Wortes über den eigenen Tellerrand hinausdenken. An jene denken, die nichts auf dem Teller haben und denen auch sonst nichts geschenkt wird.

Doch wer ist schuld am Welthunger? Kriege und Klimakatastrophen, schwache Staaten und korrupte Verantwortungsträger? Oder vielleicht auch Satttheit, Gier und Oberflächlichkeit?

Jedenfalls können wir etwas tun. Nämlich zugeben, dass es unserer Gesellschaft zwar besser geht als noch in der vorletzten Generation. Vielen anderen aber, die auch zu unserer globalen Gesellschaft gehören, denen geht es schlecht. Dazu müssen wir stehen und dafür sorgen, dass wir und unsere künftigen Generationen ein neues Bewusstsein entwickeln.

In diesem Sinne freue ich mich über alle Kinder und alle jungen und älteren Menschen, die sich Gedanken machen über Essen und Trinken, über Ressourcen und Klima. Und über Solidarität. Nehmen wir uns ein Beispiel an ihnen!

Malgré tout, nous pouvons faire en sorte que les enfants (et nous avec eux!) aient conscience de la valeur des aliments et des ressources, en nous sensibilisant encore et toujours à ce sujet. D'où vient ce que je mange, porte, utilise? Qui l'a produit, transporté, transformé? L'ai-je payé au juste prix? Ses productrices et producteurs ont-ils reçu un salaire équitable en échange? Sais-je apprécier ce que je possède et cela me suffit-il, ou est-ce que j'en veux toujours plus?

D'après moi, il nous faut aussi regarder en face le côté sombre de notre société et être honnêtes avec nous-mêmes. Admettre que nous allons bien, aux dépens d'autres personnes qui, elles, ont des conditions de vie plus pénibles. Admettre que des enfants n'ont accès ni à la nourriture, ni à l'éducation, ni aux soins médicaux. Reconnaître que nous vivons dans l'abondance alors qu'ailleurs, des enfants meurent de faim. En tant que société, nous sommes capables de rejoindre les régions les plus reculées de notre planète, d'établir sans cesse de nouveaux records et de partager en un clic avec le monde entier nos expériences, même les plus insignifiantes. Mais de toute évidence, nous sommes incapables de faire en sorte que chaque enfant sur Terre mange à sa faim et mène une existence digne. C'est un constat d'échec pour nous, qui pensons toujours avoir une solution à tout. Pour nous qui en voulons toujours plus, qui accumulons.

Ce n'est pas un sujet joyeux, je vous l'accorde. Mais puisque nous abordons le thème de l'alimentation, nous nous devons de parler aussi de faim et d'injustice. Alors, il nous faut «cultiver notre jardin», comme l'écrivait Voltaire dans *Candide*. Agir pour faire progresser la société, en faveur de celles et ceux qui n'ont rien dans leur assiette et à qui la vie ne fait pas de cadeaux.

Mais qu'est-ce qui est à la source de la faim dans le monde? Sont-ce les guerres, les catastrophes climatiques, les États vulnérables et les responsables corrompus, ou bien l'excès, l'avidité et la superficialité?

Dans tous les cas, nous pouvons agir. Admettre que notre société se porte mieux que celle dans laquelle vivaient nos grands-parents, mais que nombre de personnes ne vivent pas dans de bonnes conditions. Il nous faut nous engager pour qu'une nouvelle prise de conscience émerge parmi nous et les générations futures.

Cela me met du baume au cœur de savoir que des enfants, des jeunes et des moins jeunes réfléchissent aux problématiques liées à l'alimentation, aux ressources et au climat. Sans oublier la solidarité. Prenons exemple sur eux!



Seminartrakt mit polygonaler Sitzstufenarena (links).
Lichthof im Gymnasiumstrakt (oben).
Fotos: Roland Jucker Fotografie

Schulhäuser im Kanton Bern

KEIN SCHWIMMBAD FÜR DIE LERBERMATT

Doris Sommer

Die Schulanlage Lerbermatt ist in ihrer Ausführung und Grösse einzigartig. Die postmoderne Backsteinarchitektur macht einen Einfluss der berühmten Architekten Louis Kahn oder Mario Botta spürbar.

In Schulhäusern und Schulanlagen herrschen aktuell meist enge Verhältnisse. Heute ist es nahezu unvorstellbar, dass man beim Siegerprojekt des 1970 ausgeschriebenen Architekturwettbewerbs für einen Gymnasiumneubau mit Schwimmbad in der Lerbermatt (die Familie von Lerber hatte an dieser Stelle ein Landgut besessen) die zu grosszügig geplanten Dimensionen bemängelte. Die Schülerinnen- und Schülerzahlen waren nicht mehr so rasant angestiegen wie erwartet, das Neubauprojekt für ein Gymnasium und ein Seminargebäude musste also reduziert werden. Das Stimmvolk lehnte 1976 das redimensionierte Projekt jedoch ab. 1977 folgte ein weiterer Planungswettbewerb, ein Jahr später wurde der Richtplan genehmigt. 1982–1984 konnten die Pläne für Gymnasium und Seminar – erarbeitet von zwei verschiedenen Architekturbüros – realisiert werden. Die Anlage an der Kirchstrasse in Köniz besteht aus mehreren Gebäuden: dem ehemaligen Seminar (ab 2002 Gymnasium), dem Gymnasium, einer Aula, Werk- und Zeichenräumen, einer Mediathek, einer

Mensa (im Ökonomieteil des ehemaligen Bauerhauses von 1693, dem sogenannten Lerberstock) sowie zwei Sporthallen. Die Gestaltung der Anlage zeichnet sich durch die für die 1970er-Jahre charakteristische Sichtbackstein- und Betonarchitektur aus, ergänzt mit farbig gestrichenen Metallelementen und Holzakzenten. Die inzwischen 40-jährige Anlage muss laufend unterhalten und an die heutigen Bedürfnisse angepasst werden. Dies geschieht sorgfältig und mit Rücksicht auf die Bausubstanz. In den letzten Jahren wurden Fluchtwege und Brandschutz den heutigen Vorschriften angepasst, einige Räume zu Klassenzimmern zusammengelegt, die Beleuchtung ertüchtigt, Hallenböden ersetzt, Fensterscheiben in der Turnhalle ausgewechselt, Aussentüren repariert und Photovoltaikanlagen auf den Dächern montiert. Aktuell laufen eine Studie zur Erweiterung der Mensa und ein Projekt zur Aufwertung der Umgebung. Die Schulanlage ist fit für die Zukunft. Und auch die sich in ihrer Architektur widerspiegelnden pädagogischen Strömungen der 1970er-Jahre mit frei möblierbaren Klassenzimmern sowie Lern- und Gruppenräumen sind aktueller denn je.



[Die Denkmalpflege im Internet](#)



[Site Internet du Service des monuments historiques](#)



Ausflugsziel Baudenkmal

HALLENBAD SAANEN/GSTAAD

Inspiriert von Ideen des US-Amerikaners Frank Lloyd Wright realisierte Ernst E. Anderegge im Berner Oberland mehrere faszinierende Bauwerke, die sich harmonisch in die Landschaft einbetten und dem Bauen im alpinen Raum neue Impulse gaben. Eindrucksvoll veranschaulicht dies auch das Gstaader Hallenbad von 1972. Es vereint Merkmale einheimischer Architektur und innovativer Ingenieurskunst. Davon zeugt auch das charakteristische Dachtragwerk. Dabei handelte es sich 1972 um eine Premiere: Anderegge liess als erster Architekt in der Schweiz für ein Hallenbad eine sogenannte Hetzerkonstruktion anfertigen.



[Sportzentrumstrasse 3/5,
Saanen/Gstaad](#)

Foto: Denkmalpflege des Kantons Bern, Maria D'Alessandro



Ausflugsziel Baudenkmal

HALLENBAD HEIMBERG

Über dem Hallenbad von 1978 mit seinem quadratischen Grundriss schwebt ein grosses Schalendach mit einer Oberlichtkuppel aus Polyester. Die Schale berührt den Boden nur in den Ecken. Der Ingenieur Heinz Isler entwickelte diese Form am Modell aus der Umkehrung eines gefrorenen, hängenden Tuches. Mit diesem Prinzip konzipierte er freie Schalenformen und wurde damit weltberühmt. Heimberg ist das einzige mit einer Isler-Schale gedeckte Hallenbad im Kanton Bern. Es bildet zusammen mit der danebenstehenden Tennishalle – ebenfalls von Heinz Isler entworfen – das Sportzentrum von Heimberg.



[Schützenstrasse 70,
Heimberg](#)

**UNTER-
WEGS ZUM
BAUDENKMAL
IM KANTON
BERN**

Unsere Ausflugsziele führen diesmal zu drei Hallenbädern im Kanton Bern.

Cette fois, nos buts d'excursion nous mènent vers trois piscines couvertes dans le canton.



Foto: Markus Beyeler

Ausflugsziel Baudenkmal

HALLENBAD BIEL/BIENNE

Das Kongresshaus – erbaut 1961–1966 nach Plänen von Max Schlup und 2000–2002 renoviert von Rolf Mühlethaler – gehört zu den architektonischen Highlights der Stadt Biel. Es gilt als Symbol für die Aufbruchsstimmung, die in den ausgehenden 1950er-Jahren begonnen hatte. Die monumentale Anlage besteht aus einem Bürohochhaus und dem Kongresszentrum mit Mehrzwecksaal und Hallenbad unter einem weit gespannten Betonhängedach. Saal und Hallenbad sind über Foyer, Treppen, Galerien und Restauranttrakt verbunden. Die fein gerasterte, verglaste Fassade bietet einen umfassenden Blick nach draussen.



[Zentralstrasse 60,
Biel/Bienne](#)

BAUKULTUR AKTIV

À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE ARCHITECTURAL



[Finden Sie via QR-Code Informationen zu den Unterrichtsmodulen.](#)



[Scannez le code QR pour des informations sur le matériel pédagogique.](#)

Publireportage

Deine Welt ist elektromagnetisch – neue Ausstellung «Strom und Magnete» im Technorama!

Die eigenen Herzströme visualisieren oder leuchtende Skulpturen bauen: In einer neuen Ausstellung können Schülerinnen und Schüler im Technorama das Thema Elektromagnetismus entdecken. Um den Besuch mit der Klasse optimal vorzubereiten, haben Lehrpersonen die Möglichkeit, sich von Mitarbeitenden des Bereichs Didaktik beraten zu lassen.

Elektromagnetismus ist allgegenwärtig – nicht nur in technischen Geräten, sondern auch in der Natur und sogar in unserem eigenen Körper fließen Ströme und entstehen Magnetfelder. In der neuen Ausstellung «Strom und Magnete» lassen sich überraschende Zusammenhänge zum Elektromagnetismus spielerisch erkunden und mit dem ganzen Körper erleben.

Schülerinnen und Schüler entdecken an rund vierzig Experimentierstationen die faszinierende Welt von Strom, Magneten und Elektromagnetismus. Sie können Ströme im eigenen Körper messen, die Kraft von Magneten spüren und erleben, wie ein Magnet Strom erzeugt. Viele der Exponate fördern gemeinsames Experimentieren und funktionieren nur, wenn die Kinder zusammenarbeiten. Es ist eine interaktive und spannende Erfahrung.

Das Technorama unterstützt Lehrpersonen dabei, ihren Klassenbesuch im Technorama optimal vorzubereiten. Sie können sich jeden Mittwoch von 13 bis 15 Uhr im Didaktik-Atelier vor Ort beraten lassen oder alternativ online einen Beratungstermin buchen. Die Eintrittskosten eines Vorbereitungsbesuchs können sich Lehrpersonen später beim Klassenbesuch anrechnen lassen.

technorama.ch



Fortbildungen zu «Strom und Magnete»

24. Februar 2024

Strom und Magnete – das Unsichtbare erfahrbar machen
Lehrpersonen Primarstufe

2. März 2024

Strom und Magnete: Elektrizität in dir
Lehrpersonen Sek I, Sek II

technorama.ch/fortbildungen



**PH LUZERN
PÄDAGOGISCHE
HOCHSCHULE**

*Mit neuen
Führungsinhalten.
Jetzt anmelden!*

MAS Schulmanagement

**Leadership und Management in der Bildung –
stärken Sie Ihre Kompetenzen
für die erfolgreiche Leitung Ihrer Schule**



www.phlu.ch

Unter der Lupe

FÜNF FRAGEN AN ARIANE VON GRAFFENRIED

1. Wenn Sie an Ihre Schulzeit denken, was kommt Ihnen als Erstes in den Sinn?

Die blühenden Kirschbäume am Bubenbergrain, die AJZ-Graffiti am Sandstein, verwinkelte Gassen, mein blau leuchtender Schulranzen mit den rot reflektierenden Schnappschrauben, die Bisse der Läuse auf meinem Kopf, schwernasse, fliegende Schwämme, Blutsschwesternschaften und Schlägereien auf dem Pausenplatz, Frau Maybachs schlohweisses, langes Haar, der Geruch der schönen grünen Aare.

2. Welcher Lehrperson würden Sie rückblickend eine Sechse geben und warum?

Maria-Luisa Willener lehrte mich mit elf Jahren kritisches Denken, Christoph Grädel führte mich im Gymnasium zur Lyrik und zum Theater, und Benedikt Bietenhard entfachte meine Liebe zu geschichtlichen Themen.

3. Inwiefern hat Ihnen die Schule geholfen, eine erfolgreiche Schriftstellerin zu werden?

Die Arbeit im Journalismus, der Austausch mit erfahrenen Schriftstellerinnen, die Lieder toter Dichter, das Vortragen erster eigener Texte in lauten Bars waren wohl ausschlaggebender. Aber die Schule hat sehr geholfen, mir das nötige Grundwissen anzueignen, um die Welt einigermaßen entschlüsseln zu können. Damit war ich überhaupt erst in der Lage, sie zu beschreiben.

4. Was ist das Wichtigste, was Kinder und Jugendliche heute im Kindergarten oder in der Schule lernen sollten? Empathie, Rücksichtnahme und Toleranz. Hilfsbereitschaft gegenüber Schwächeren. Kritisch-konstruktives Denken.



ARIANE VON GRAFFENRIED

ist Schriftstellerin und promovierte Theaterwissenschaftlerin. Sie ist Mitglied der preisgekrönten Autorinnen-Gruppe «Bern ist überall» sowie Kuratorin des Internationalen Lyrikfestivals Basel und tritt als Spoken-Word-Performerin mit dem Musiker und Klangkünstler Robert Aeberhard im Duo «Fitzgerald&Rimini» auf. 2017 erschien ihr Buch «Babylon Park», 2019 folgte «50 Hertz», eine CD mit Gedichtband. Für ihre Texte wurde sie mehrfach ausgezeichnet.

Foto: Alexander Jaquemot

Die Fähigkeit, Fakten und Fiktion zu unterscheiden, auch die Fähigkeit zur Selbstkritik. Die Kinder sollten das nötige Werkzeug erhalten, um sich der Komplexität und Vieldeutigkeit der Welt zu stellen, und die Möglichkeit, positive Perspektiven einzunehmen, um die Welt gemeinsam und besser zu gestalten.

5. Wären Sie eine gute Lehrperson? Ich habe Schreibworkshops für Klein und Gross gegeben, an der Universität und am Schweizerischen Literaturinstitut unterrichtet und hoffe, dass ich dort etwas vermitteln konnte. Das ist aber nicht vergleichbar mit der Arbeit und dem Engagement, die Lehrpersonen heute in der Volksschule täglich leisten.



Umweltbildung

MIT DER KLASSE INS BERGWALDPROJEKT!

Zusammen eine Woche lang am Wald der Zukunft arbeiten – Waldarbeit fördert bei den Jugendlichen das Verständnis für das sensible Ökosystem Bergwald. Körperliche Arbeit im Team ist eine wertvolle Erfahrung und fördert automatisch den Gruppenzusammenhalt. Die Jugendlichen werden von erfahrenen Projektleitenden und ausgebildeten Gruppenleitenden angeleitet. Die Arbeiten sind auf die lokalen forstlichen Bedürfnisse ausgerichtet und werden so weit als möglich dem Alter der Jugendlichen angepasst. Dazu gehören etwa Wegebau, Waldpflege, Pflanzungen und Zaunbau. Kost, Logis, Werkzeug und Fahrzeuge werden vom Bergwaldprojekt organisiert. Die Schule übernimmt einen Teil der Kosten. Die Projektwochen des Bergwaldprojektes finden von April bis Oktober auf Anfrage statt. Einsatzorte sind im Bergwald der Wohngemeinde oder in einem anderen Bergwald der Schweiz, zum Beispiel in den Kantonen Graubünden, Wallis oder Schwyz. Das Angebot richtet sich an Oberstufenklassen, Gymnasien und Lernende.

www.bergwaldprojekt.ch

Foto: zvg

Educa

LIEBE SCHULEN, WO BRENNTS?

Im Umgang mit Daten beschäftigen den digitalen Bildungsraum Schweiz aktuell insbesondere Fragen zum revidierten Bundesgesetz über den Datenschutz. Die Anlaufstelle für Datennutzung und Datenschutz von Educa bietet hierbei Unterstützung.

Bund und Kantone haben Educa mit der Entwicklung einer Datennutzungspolitik für den Bildungsraum Schweiz beauftragt. Ziel ist es, im Rahmen des existierenden Datenschutzes für einen sicheren und ethisch angemessenen Umgang mit Daten im Bildungswesen zu sorgen und deren gezielte Nutzung zu ermöglichen.

Aktuelles aus der Anlaufstelle

Technik, Recht und Ethik bilden in der digitalen Gesellschaft ein Universum mit vielen Unbekannten. In Schule und Unterricht, aber auch in der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen sowie im Alltag der Bildungsbehörden tauchen neue Fragen auf. Die Anlaufstelle für Datennutzung und Datenschutz unterstützt Schulen und die Bildungsverwaltung dabei und generiert so eine kollektive Wissensbasis für den digitalen Bildungsraum Schweiz.

Bisher beantwortete die Anlaufstelle insbesondere Fragen aus den Bereichen:

- Weitergabe von Personendaten
- Speicherung von Daten in der Cloud
- Informations- und Datensicherheit
- Urheberrecht von Bildern, Daten, Text und Musik
- datenschutzkonformer Einsatz von Lernsoftware und Lehrmitteln
- Bring your own device (BYOD)

Für den Datenschutz sind in den jeweiligen Kantonen die Datenschutzbeauftragten verantwortlich. Die Anlaufstelle nimmt eine vermittelnde Rolle ein. Sie zeigt beispielsweise auf, wo das eigentliche Problem der Datennutzung oder des Datenschutzes liegt und an wen sich die betreffende Person in diesem Fall wenden kann.



Der Verbund von Fragen, Antworten und Erfahrungen in der Anlaufstelle dient letztlich dem eigentlichen Ziel: einer schweizweiten Datennutzungspolitik im digitalen Bildungsraum Schweiz. Schulen können via Website von Educa oder über data@educa.ch Fragen einreichen.

Was ändert sich mit der Einführung des revidierten Bundesgesetzes über den Datenschutz für meine öffentlich-rechtliche Schule?

Das revidierte Datenschutzgesetz des Bundes ist am 1. September 2023 in Kraft getreten. Es gilt – wie bis anhin – nur für das Bearbeiten von Daten durch Bundesbehörden und private Personen (inkl. Unternehmen), nicht jedoch durch kantonale und kommunale Stellen.

Es ist auf Ebene der Gemeinde bzw. des Kantons zu prüfen, ob Ihre Schule etwas anpassen muss. Falls das kantonale Datenschutzgesetz nicht revidiert wurde, ändert sich nichts. Wenn Ihr kantonales Datenschutzgesetz revidiert worden ist, sind die damit verbundenen Änderungen zu berücksichtigen. In den Kantonen mit revidiertem Datenschutzgesetz muss insbesondere eine Datenschutzfolgeabschätzung erstellt werden. Dies dann, wenn Personendaten mit hohen Risiken für die Grundrechte der betroffenen Personen bearbeitet werden.

www.educa.ch/data/anlaufstelle

**SOUHAITEZ-VOUS QU'EDUCATION
ABORDE UN THÈME EN PARTICULIER?
AVEZ-VOUS DES SUGGESTIONS
OU DES CRITIQUES À NOUS FAIRE?**
Écrivez-nous à e-ducation.bkd@be.ch

WIR SIND IHRE PARTNERIN FÜR FACHMEDIEN

Kontaktieren Sie uns:
exlibris.ch/firmenkunden



Profitieren Sie von einer Auswahl aus mehr als 15 Millionen Artikeln, darunter über **6 Millionen Bücher zu Tiefpreisen**, massgeschneiderten Bestell- und Liefermöglichkeiten und vielem mehr.

Die Nr. 1 für Bücher online.

ex libris



«WIR LEBEN IN EINER FRESSGESELL- SCHAFT»



Essen und Trinken sind weit mehr als menschliche Grundbedürfnisse: wichtiges Kulturgut, gekoppelt an Werte wie Gesundheit, Genuss, sinnliche Erfahrung, Nachhaltigkeit und ethische Verantwortlichkeit. Wie lernen Kinder und Jugendliche in diesem Spannungsfeld gut essen, und wie kann sie die Schule dabei unterstützen?

Iris Frey / Fotos: Christoph Schelhammer

Für die Bilder dieses Dossiers hat sich die Redaktion entschieden, einmal in der heimischen Küche zu fotografieren. Der Sohn unseres Redaktors Christoph Schelhammer hat für uns zu Hause Rezepte nachgebaut, die er auf TikTok gefunden hat. Ein Hobby, dem er auch sonst nachgeht.

Pour les photos de ce dossier, le fils de notre rédacteur Christoph Schelhammer a reproduit dans la cuisine familiale des recettes dénichées sur TikTok. Un loisir auquel il aime se consacrer durant son temps libre.

Wie unterschiedlich unsere Leben auch aussehen mögen, eines tun wir alle jeden Tag: essen und trinken. Und zwar nicht wenig: Rund 1,5 Tonnen feste und flüssige Nahrungsmittel verspeist der Durchschnittsmensch in unserer Gesellschaft laut Ernährungswissenschaftlerin Christine Brombach pro Jahr, in einem ganzen Menschenleben insgesamt 100 Tonnen oder rund 100 000 Mahlzeiten.¹ Brombach ist seit vielen Jahren in der Ernährungsverhaltensforschung tätig und gern gesehener Gast im Fernsehen wie in den Printmedien. Dabei scheut die Wissenschaftlerin auch nicht vor deutlichen Botschaften zurück: «Wir leben in einer Fressgesellschaft, wir sind wie zweibeinige Kühe, die ständig mampfend durch die Gegend laufen. Das kann man gut beobachten, wenn man im Sommer durch eine Fussgängerzone spaziert: Rundum werden Glace, Würste und Sandwiches gegessen, alle zwanzig Meter hat es einen Take-away. Man muss ständig Nein sagen. Und das fällt sehr schwer.»² Das Interview mit Christine Brombach lesen Sie ab Seite 16.

Nahrungsverzicht ist allerdings keine Alternative: Essen und Trinken sind menschliche Grundbedürfnisse. Ein Mensch kann dreissig Tage ohne Nahrung auskommen, aber nur drei Tage ohne die Zufuhr von Flüssigkeit, so die goldene Regel.

Gesund essen – gesund bleiben

Rund zwei Liter verliert der menschliche Körper jeden Tag. Um diesen Verlust auszugleichen, müssen wir täglich eineinhalb bis zwei Liter Flüssigkeit zu uns nehmen – am besten in Form von Wasser, Suppe und ungesüßten Getränken. Zudem braucht der menschliche Körper Nahrung, über die er Makronährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweisse und Fette und Mikronährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente zu sich nehmen kann. Dabei sind wir im Gegensatz zu Pflanzen, die mit Erde, Wasser und etwas Dünger auskommen, anspruchsvoll. Gesund soll die Nahrung sein, frisch, vielseitig, vitaminreich. Hoch verarbeitete, stark zucker- und fetthaltige Lebensmittel hingegen machen dick und krank, wie zahlreiche Studien zeigen. Wer die vom Bund empfohlene Schweizer Lebensmittelpyramide³ auf den Kopf stellt und sich von Schokolade, Chips, Süssgetränken und Alkohol ernährt, schade sich aber nicht nur körperlich, sagt Uma Naidoo, Psychiaterin und gelernte Köchin. Ihre beiden Leidenschaften kombiniert die Amerikanerin in ihrer Forschungsarbeit als Ernährungspsychiaterin.⁴ Dabei hat sie festgestellt, dass Darm und Hirn den genau gleichen Zellen des menschlichen Embryos entstammen und als Organe über den sogenannten

Vagusnerv direkt miteinander verbunden bleiben. Je nachdem, was wir essen, kann das laut Naidoo unser Denken und Fühlen beeinflussen. Hoch verarbeitete Produkte wie Hamburger oder industriell produzierte Pommes frites mit viel Zucker, Salz und Zusatzstoffen können die Abermillionen Bakterien im Darm schädigen und entzünden. Weil Darm und Hirn so eng verknüpft seien, könne das auch eine Reizung oder Entzündung im Hirn verursachen. «Wir haben festgestellt, dass solche Entzündungen mitverantwortlich sind für Depressionen, Angstzustände oder allgemeine Probleme mit dem Denken», hielt die Psychiaterin im letzten Sommer gegenüber SRF fest.⁵

Vorbild sein ist schwer

Das Prädikat «gesund» ist für manche Kinder allerdings kein Argument für ein Nahrungsmittel – im Gegenteil: Gesunde Ernährung verbinden etliche mit «schmeckt nicht, ess ich nicht». Früher kam in solchen Fällen gerne mal Abschreckungspädagogik zum Einsatz, wie der Suppenkaspar, «der war kerngesund, ein dicker Bub und kugelrund»⁶, bis er eines Tages die Suppe verweigert, zum Fädchen wird und nach fünf Tagen stirbt. Geschichten, die heute zum Glück nur noch als skurrile Zeitzeugen einen Wert haben.

Klar ist, dass viele Nahrungsmittelvorlieben der Kinder «hausgemacht» sind: Es sind die Eltern und Erziehungsberechtigten, die in den ersten Jahren den wichtigsten Einfluss auf das Essverhalten ihrer Sprösslinge haben. Sie sollten ihren Nachwuchs

Das Prädikat «gesund» ist für manche Kinder allerdings kein Argument für ein Nahrungsmittel – im Gegenteil.

an eine gesunde, vielfältige und nachhaltige Ernährung heranzuführen und selbst als gutes Beispiel vorzugehen. In der Praxis ist dies für viele Familien nicht einfach – sei es, weil das Wissen oder die Zeit fehlen, oder, weil nicht genug Geld für gesunde Lebensmittel vorhanden ist.

Das Essverhalten in der Familie ist auch geprägt von sozioökonomischen Ungleichheiten und kulturellen oder religiösen Hintergründen, die ebenfalls an die Kinder weitergegeben werden. Nicht anders verhält es sich mit Tischmanieren und Essensritualen: Wie weit Sprechen mit vollem Mund, Smartphone am Tisch usw. geduldet werden, entscheiden die Eltern. Mit dem Eintritt der Kinder in eine Kita, später in das Schulsystem und in eine Tagesschule gewinnen andere «Player» an Einfluss – fast immer zum Vorteil der Kinder.

Essen in der Tagesschule – viel mehr als Verpflegung

Meine Tochter erlebte vor mehr als 20 Jahren in der Kita, dann in der Tagesschule, dass sie nach dem Genuss von gekochtem Gemüse nicht automatisch zugrunde gehen musste. Damals galt in der ausserfamiliären Betreuung noch vielerorts der Grundsatz, dass die Kinder eine Speise zumindest kosten mussten. Wie dies heute ist, erfahren Sie unter anderem im Porträt von Miguel

1 Referat der Ernährungswissenschaftlerin Christine Brombach, «Die Ausdifferenzierung unserer Esskultur», YouTube, 28.11.2022.

2 Christine Brombach im Interview mit der Zeitung «Blick», «Wir leben in einer Fressgesellschaft», 6.2.2022.

3 Schweizer Lebensmittelpyramide (admin.ch).

4 SRF, «Nur für den Bauch? Gegessen wird jetzt auch für Hirn und Seele» (srf.ch), 8.7.2023.

5 Ebenda.

6 Heinrich Hoffmann, «Struwwelpeter», 1844.

7 www.pepinfo.ch, Stichwort «PEP – Gemeinsam essen».

8 PDF «Die zehn wichtigsten Erkenntnisse für eine gute Tisch- und Esskultur beim gemeinsamen Essen in Tagesschulen» (pepinfo.ch).

9 Ebenda.

10 Wikipedia, Stichwort «Trinkkultur», 16.10.2023.

11 Watson, «Wie sich der Alkoholkonsum in der Schweiz verändert», 25.8.2023

Mira, der als Koch in der Tagesschule Bümpliz arbeitet, Seite 32. Viele spannende Hinweise, wie Kinder heute spielerischer als früher an das Essen herangeführt werden, liefert etwa «PEP – Gemeinsam essen», ein praxisnahes Handbuch für Leitungs- und Betreuungspersonen in Tagesschulen.⁷ Die zehn wichtigsten Erkenntnisse daraus dürften auch Erziehungsberechtigte interessieren; etwa folgende: «Die Erwachsenen entscheiden, was wann auf den Tisch kommt. Die Kinder entscheiden, was und wie viel sie davon essen.» Oder: «Essen wird nicht als Mittel zur Belohnung oder zur Bestrafung eingesetzt.»⁸

Tagesschulen sind bei den Mahlzeiten längst nicht nur um das leibliche Wohl der Kinder besorgt; genauso wichtig ist das «Seelenfutter», die Beziehungspflege. «Wir achten darauf, dass die Kinder erzählen können, womit sie beschäftigt sind, dass sie Freudvolles mitteilen, aber auch loswerden können, was sie belastet: Für die Kinder da zu sein, ist das Wichtigste», betont eine Tagesschulmitarbeiterin.⁹

Genuss, Ess- und Trinkkultur für einige...

Essen ist viel mehr als Nahrungsaufnahme: Mahlzeiten strukturieren den Alltag und den Tagesablauf, sind im besten Fall Genuss, Highlight des Tages; sie vermitteln Botschaften und geben Orientierung. Jede Gesellschaft hat eine eigene kulinarische Kulturgeschichte, die ganze Bibliotheken füllt. Nicht anders steht es um die Trinkkultur. In Europa verstehen wir darunter nach Wikipedia das «Trinken, Zubereiten und Darbieten von alkoholischen Getränken und von Getränken, die als Genussmittel bezeichnet werden, wie Kaffee, Tee und Kakao».¹⁰ Wikipedia zum Trotz setzt sich immer stärker durch, dass Leitungswasser zum Essen nicht nur gesund, sondern auch ein Genuss ist. Entsprechend sinkt auch der Pro-Kopf-Konsum von Alkohol in der Schweiz seit Beginn der 2000er-Jahre kontinuierlich. «Das Gesundheitsbewusstsein in der Gesellschaft steigt, die Menschen

Ein Mensch kann dreissig Tage ohne Nahrung auskommen, aber nur drei Tage ohne die Zufuhr von Flüssigkeit.

sind im Zuge der Digitalisierung immer informierter und können ihr Wissen schneller verbreiten. Das macht sich auch beim Konsum von Alkohol bemerkbar», sagt Regine Rust, Geschäftsleiterin Stiftung Suchthilfe.¹¹ Gerade jüngere Menschen würden sich mehr mit dem Thema Gesundheit auseinandersetzen.

Auch die Schulen setzen Zeichen für gesunde und nachhaltige Ernährung und thematisieren die globalen Herausforderungen, die sich in diesem Zusammenhang für unsere Gesellschaft stellen. Für die Volksschulen sind diese Themen im Lehrplan 21 verankert, für die nachobligatorischen Schulen in den Rahmenlehrplänen. Konkret kann Ernährung auch ganz handlungsorientiert angegangen werden – sei es mit einem nachhaltigen Angebot im Pausenkiosk, im eigenen Schulgarten oder im Fachbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt.

...viele andere leiden Hunger

Am vergangenen 16. Oktober fand wie jedes Jahr seit 1979 der Welternährungstag statt. Dieser falle «in die Zeit einer globalen Nahrungsmittelkrise, in der die Welt bei der Beendigung von Hunger und Fehlernährung Rückschritte verzeichnet», betonte UNO-Generalsekretär António Guterres. Rund 780 Millionen Menschen in aller Welt leiden Hunger; fast 50 Millionen Kinder sind durch schwere Auszehrung in Lebensgefahr. Dabei hatten sich die Regierungen im Jahr 2015 – nach Jahren des Fortschritts – das Ziel gesetzt, Hunger bis 2030 vollständig zu beseitigen. Acht Jahre später ist dieses Ziel in weiter Ferne: Hunger nimmt wieder zu. «In dieser Krise ist Handeln geboten», forderte der UNO-Generalsekretär.

Handeln kann jede und jeder, und Hoffnung macht, dass sich viele Menschen in unserer Gesellschaft, darunter viele junge, mit nachhaltiger Ernährung und sozialer Gerechtigkeit auseinandersetzen – und ihren Konsum anpassen: regional und saisonal essen, Food Waste verhindern, den Fleischkonsum drosseln und vieles mehr tun, um ethische Verantwortung zu übernehmen. Sie und die Schulen unterstützen die jungen Menschen dabei.

SYNTHÈSE: «NOTRE SOCIÉTÉ EST CENTRÉE SUR LA NOURRITURE»

Manger et boire sont des besoins humains fondamentaux. Selon la règle d'or, l'être humain peut survivre trente jours sans se nourrir, mais seulement trois jours sans s'hydrater. L'alimentation, bien culturel central, est intrinsèquement liée à des valeurs telles que la santé, la durabilité et la responsabilité éthique. Les repas rythment notre quotidien. Dans le meilleur des cas, ils sont synonymes de plaisir et du meilleur moment de la journée. Ils transmettent des messages et donnent des points de repère.

Les premières années de la vie d'un enfant, ce sont principalement ses parents ou ses représentants légaux qui forgent ses habitudes alimentaires. Ils doivent l'initier à une alimentation saine, variée et durable, tout en endossant un rôle de modèles. Dans la pratique, le manque de connaissances, de temps ou de ressources financières pour acheter des aliments sains ne leur facilite pas la tâche. Une fois à la crèche, et plus tard à l'école à journée continue, de nouveaux « acteurs » entrent en jeu et profitent généralement à l'enfant.

Tandis que nombre de personnes vivent dans l'abondance, la faim dans le monde a encore progressé. Nous pouvons toutes et tous agir, et il est encourageant de constater que de nombreuses personnes, dont beaucoup de jeunes, s'intéressent aux questions de l'alimentation durable et à la justice sociale et adaptent leur façon de consommer. Elles et ils mangent des produits régionaux et de saison, limitent le gaspillage alimentaire, réduisent leur consommation de viande et prennent bien d'autres mesures pour assumer leur responsabilité éthique.

Essen und Trinken

«ESSEN IST EINE ÜBERLEBENSWICHTIGE KULTURTECHNIK»

Interview:
Christoph Schelhammer

Essen sei eine Kulturtechnik, beschreibt Prof. Christine Brombach vom Institut für Lebensmittel- und Getränkeinnovation der ZHAW unsere tägliche Nahrungsaufnahme. Der Umgang mit dem Essen und dessen Wertschätzung haben sich in den letzten Jahrzehnten jedoch enorm verändert. Ein perspektivenreiches Interview über das Essverhalten in unserer schnelllebigen Zeit.

Frau Prof. Brombach, was denken Sie sich grundsätzlich, wenn Sie das Essverhalten Ihrer Mitmenschen studieren?

Christine Brombach Ernährungsverhalten ist eine der faszinierendsten und vielschichtigsten Verhaltensweisen, die wir als Menschen entwickelt haben. Alle Menschen haben zu Beginn des Lebens gemeinsam, dass sie nur ein einziges Lebensmittel essen: Muttermilch bzw. Säuglingsernährung. Und schauen wir auf das, was Menschen im Erwachsenenalter wann, wo, wie und in welchem Kontext essen und trinken, so ist dies eine immense kulturelle Vielfalt. Auch dass nicht alle Menschen von Tellern und mit Besteck essen, verdeutlicht, wie enorm vielfältig das Essen ist und dass auch das Essverhalten vor allem sozial und kulturell beeinflusst ist.

Gibt es im Essverhalten Generationenunterschiede? Wie ist das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen im Gegensatz zu dem ihrer Eltern?

Ja, es gibt vielerlei Unterschiede in den jeweiligen Altersgruppen. Zum einen sind es die physiologisch begründeten verschiedenen Nährwertbedarfe: Im Säuglingsalter und dann auch nochmals in der Adoleszenz ist der Energie- und Nährwertbedarf bezogen auf ein Kilogramm Körpergewicht

so hoch wie sonst in keinem Lebensalter. Das ist hauptsächlich durch das starke Wachstum und den Aufbau der Körpermasse bedingt.

Darüber hinaus gibt es kulturell bedingte Unterschiede in den einzelnen Lebensphasen und über die Generationen hinweg. Denn essen können wir zu Beginn unseres Lebens noch nicht, wir müssen es erlernen. Wir haben keine Instinkte, die uns anleiten würden, wie und was wir essen sollen. Es ist die Familie, es sind die Bezugspersonen, die dem Kind zu Beginn

Rollenbilder. Was machen die Eltern? Wie verhalten sich diese am Tisch? Wie wird mit Essen umgegangen? Das geschieht alles implizit, weil Kinder hervorragende Beobachter sind und mehr durch Vorleben als durch Worte lernen. Auch Geschmack, Vorlieben sowie Wert- und Normvorstellungen werden in der frühen Kindheit von der Essumgebung geprägt.

Generationenunterschiede gibt es dahin gehend, dass jede Generation in einer anderen Essumgebung gross geworden ist. Das Angebot, die Verfügbarkeit und die

«Essen können wir zu Beginn unseres Lebens noch nicht, wir müssen es erlernen.»

Christine Brombach

des Lebens die überlebenswichtige Kulturtechnik Essen beibringen. Somit beginnt bereits ganz früh im Leben die sogenannte «Ernährungssozialisation». Die Eltern sind ebenfalls in einem bestimmten Umfeld sozialisiert worden und vermitteln ihre eigenen Esserfahrungen, Vorlieben und Praktiken ihren Kindern. Kinder lernen durch

Zubereitung von Lebensmitteln haben sich in vielfältiger Weise enorm verändert. Menschen, die vor 80 Jahren geboren wurden, wurden vom kriegsbedingt eingeschränkten Lebensmittelangebot geprägt. In ihrer Jugend gab es weder Fertiggerichte im Detailhandel noch eine dauernde Verfügbarkeit von Lebensmitteln, noch gab es in

den Privathaushalten hierzulande flächen- deckend eigene Kühlschränke, Mikrowel- len oder jeden Tag Fleisch. Zubereitet und gegessen wurde vorwiegend, was es sai- sonal und regional gab. Essen war im Ver- gleich zu heute teuer und verschlang einen Grossteil des verfügbaren Einkommens. Dementsprechend war Essen etwas Wert- volles, Verschwendung war undenkbar. Heute dagegen geben wir im Schnitt zwi- schen acht und zwölf Prozent des verfü- gbaren Einkommens für Lebensmittel aus. Wir bestellen online Lebensmittel und be- zahlen diese online, jederzeit ist ein im- menses, unüberschaubares Angebot an Essen rund um die Uhr bequem verfügbar. Heute wird Kindern schon früh kulturell vermittelt, Essen sei etwas Selbstver- ständliches. Ebenso lernen Kinder, dass es in unserer Kultur jederzeit und überall Essen zu kaufen gibt. Damit haben sich zum Beispiel der Umgang mit dem Essen und dessen Wertschätzung in den letzten Jahrzehnten enorm verändert. Die Aus- wahl an Lebensmitteln ist unüberschaubar geworden. Essen aus der Hand auf der Strasse war kurz nach dem Zweiten Welt- krieg noch verpönt, heute ist es normal, überall zu essen.

Wie kommt das Überangebot in den westlichen Industrieländern zustande – und was bedeutet es für unsere Esskultur und die Gesundheit?

Die Schweiz ist ein hoch technisiertes, sehr reiches Land. Dadurch können es sich die Menschen leisten, viele Lebens- mittel zu importieren und aus der ange- botenen Fülle zu wählen. Das Lebens- mittelangebot ist das Ergebnis von sehr komplexen, sehr dynamischen Prozessen. Hinzu kommt, dass die Schweiz ein gros- ser Player im globalen Lebensmittelhandel ist: 60 Prozent des weltweiten Getreides, 55 Prozent des globalen Kaffees, 45 Pro- zent des globalen Zuckers und ca. 35 Pro- zent des globalen Kakao werden in der Schweiz gehandelt.

Unsere westliche Esskultur ist geprägt von ständig verfügbaren, teilweise hoch verarbeiteten Produkten, die eine hohe Nahrungsdichte, also viele Kilokalorien pro 100 g Lebensmittel, enthalten. Mit der In- dustrialisierung ist unser Leben viel ein- facher, bequemer geworden, wir müssen heute körperlich nicht mehr so hart arbei- ten, die Mobilitätsangebote sind jederzeit verfügbar. Das bedeutet, dass auch der Energiebedarf abgenommen hat. Daraus entwickelt sich ein Ungleichgewicht zwi- schen der Energie, die wir zu uns nehmen, und derjenigen, die wir benötigen. Essen ist verlockend preiswert, jederzeit schnell erreichbar. Das führt vor allem dazu, dass immer mehr Menschen Übergewichtig

oder adipös und in der Folge auch krank werden. Es sind vor allem diese soge- nannten nicht übertragbaren, chronischen Erkrankungen, wie Diabetes, Herz-Kreis- lauf-Erkrankungen, Bluthochdruck oder verschiedene Krebserkrankungen, die mit unserem westlichen Ernährungsstil zu- sammenhängen. Das individuelle Leid und die gesellschaftlichen Kosten, die daraus entstehen sind hoch.

Wodurch eint uns Essen und Trinken, wie trennt es uns?

Georg Simmel, ein Soziologe, hat einmal gesagt: Das Gemeinsamste, was Men- schen tun, ist, dass sie essen und trinken müssen. Das also eint uns, ebenso wie, dass es in jeder Kultur soziale Regeln gibt, die das Essverhalten prägen. Diese so- zialen Regeln sind aber inhaltlich unter- schiedlich. Essen ist weitgehend auch durch Werte, also grundlegende Orientie- rungen, geprägt: Was ist richtig, was ist falsch, was moralisch, unmoralisch? Und hier kann Essen auch etwas Trennendes sein, wenn Menschen unterschiedliche Werte haben, die die Auswahl bestimmen, oder auch, was den Umgang mit Lebens- mitteln anbelangt. Deutlich wird das an religiösen Vorstellungen, was zum Beispiel «rein» oder «unrein» ist, was gläubige Men- schen essen sollten und was nicht. Welche Fastenzeiten gelten oder auch wie Tiere zu schlachten sind. Das sind Vorschriften, die religiös bestimmt sind. Menschen, die hier sehr unterschiedliche Werte oder Religions- zugehörigkeiten haben, werden auch nicht Speisen miteinander essen, die in ihrer je- weiligen Religion verboten sind.

Wie kann die Schule das Essverhal- ten beeinflussen, bzw. welche Rolle kann die Schule bei der Prävention von ungesundem Essverhalten und Essstörungen spielen?

Die Schule ist ein immens wichtiger Lern- und Lebensraum für Kinder und Jugend- liche. In der Schule bekommen sie die Kenntnisse vermittelt, die die Grundlagen legen, dass sie später ein selbstbestimm- tes Leben führen können. In der Schule wird ein Grossteil der Tageszeit verbracht. Wenn die Schulen als Tagesschulen konzi- piert sind, essen die Kinder und Jugendli- chen auch dort. Damit wird das Essen als ganzheitliche Lebenswelt von den Schü- lerinnen und Schülern erlebt, als ein Lernort im Unterricht und ganz praktisch in der Schulkantine. Die Schulverpflegung spielt damit eine entscheidende Rolle. Es kann durch das Angebot von warmem, ausge- wogenem, abwechslungsreichem Essen zum Beispiel auf die Geschmacksentwick- lung Einfluss genommen werden. Wichtig ist es auch, in der Schule über die Ent- stehung von Essstörungen oder auch über den Umgang mit vermeintlichen Körper-



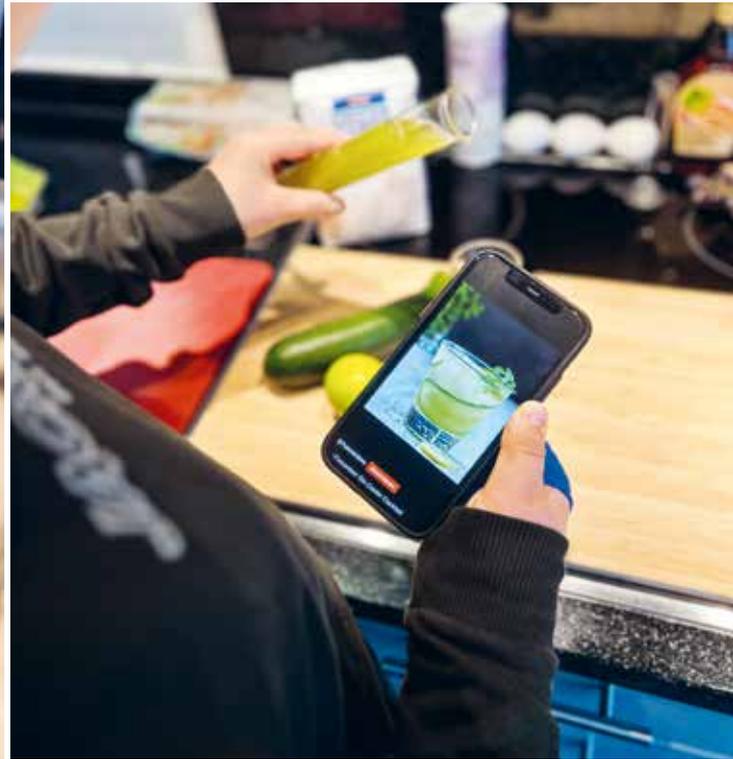
Foto: zvg

PROF. DR. CHRISTINE BROMBACH

ist seit 2009 am Institut für Lebensmittel- und Getränkeinnovation an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissen- schaften (ZHAW) in Wädenswil tätig. Sie studierte in Giessen und Knoxville Er- nährungs- und Haushaltswissenschaften. Nach dem Diplom in Giessen erwarb sie sich einen Master of Science in Nutrition mit dem Schwerpunkt Gerontologie in Manhattan, KS, USA. Sie promovierte an der Universität Giessen zum Thema «Ernährungsverhalten von Frauen über 65 Jahren». Für vier Jahre leitete sie als Projektkoordinatorin die Nationale Verzehrsstudie II am Max-Rubner-Institut in Karlsruhe.

idealen aufzuklären. Im Hauswirtschafts- unterricht kann dafür sensibilisiert werden, welchen Einfluss das Essen auf das Klima hat und wie mit Lebensmitteln sinnvoll umgegangen wird, um zum Beispiel Food Waste zu vermeiden. Der Hauswirtschafts- unterricht und hier besonders der Koch- unterricht spielt eine zentrale Rolle bei der Vermittlung von praktischen Kompe- tenzen. Hier kann erlernt und erfahren wer- den, wie ein genussvolles, gesundes und nachhaltiges Essverhalten aussieht. Daher ist dieses Unterrichtsfach so wichtig, weil in diesem Schulfach zentrale Lebenskom- petenzen erlernt werden können.

Wichtig ist, dass wir in der Schule alle Kinder und Jugendlichen erreichen und ihnen dort auch vorleben können, dass genussvolles, zukunftsfähiges und nach- haltiges Essen nicht nur für das Individu- um, sondern auch für die Zukunft unseres Planeten eine entscheidende Rolle spielt. Dazu müssen in der Schule die entspre- chenden Strukturen geschaffen werden und auch die Lehrkräfte sich in ihrer Rolle als Vorbilder sehen.





Alimentation

À BIENNE, RÉGAL RIME AVEC DURABILITÉ

Rolf Marti

Le repas de midi doit être savoureux, mais aussi sain et produit de manière durable. En la matière, la ville de Bienne montre l'exemple : depuis début janvier, dans l'une des cuisines communales, elle prépare chaque jour 1500 repas respectant ces critères pour les écoles à journée continue et les crèches.

Le bon sens commence dans l'assiette. Conformément aux valeurs actuelles, pour être raisonnable, une cuisine doit être saine et durable. Et la ville de Bienne montre la voie. Depuis début janvier, seuls des aliments qui respectent les critères du Règlement sur l'alimentation saine dans les structures d'accueil municipales sont servis dans ses écoles à journée continue et ses crèches.

Des menus équilibrés

Qui dit alimentation saine, dit planification de menus équilibrés. Chaque semaine, les enfants des structures d'accueil et des crèches biennoises se voient proposer cinq menus végétariens, une ou deux fois une alternative avec de la viande, et une fois avec du poisson. Chaque menu comprend une salade verte simple ou agrémentée de crudités et deux fois par semaine, un dessert est également proposé. Les plats contiennent de faibles quantités de sucre et de sel. Enfin, les enfants présentant des allergies reçoivent un repas adapté.

Des produits régionaux

Pour se nourrir sainement, il faut aussi des aliments de bonne qualité. La ville de Bienne achète principalement des produits régionaux et issus de l'agriculture biologique. Soixante pour cent des fruits et légumes, 80 % de la viande et 85 % des produits laitiers proviennent de productions régionales. Ces mêmes catégories remplissent à hauteur de respectivement 80 %, 70 % et 90 % le critère biologique. Les œufs, quant à eux, sont à 100 % régionaux et bios. La ville de Bienne veille par ailleurs à ce que les produits provenant de l'hémisphère Sud portent le label de commerce équitable Max Havelaar et prend soin de ne pas participer à la consommation d'espèces de poisson menacées ou pêchées par des méthodes destructrices.

Une préparation soignée

La préparation des repas suit un processus appelé « cook and chill ». Tout est cuit de manière à préserver les nutriments puis refroidi à moins de 4 °C dans les 90 minutes. Ainsi, les plats restent frais et croquants et la chaîne du froid est respectée. Aucun moyen de conservation néfaste n'est employé et il en va de même pour le plastique : les repas sont transportés dans des contenants réutilisables. Au moment souhaité, les crèches et les écoles à journée continue réchauffent la nourriture à la vapeur. À table !

ZUSAMMENFASSUNG: NACHHALTIGKEIT AM MITTAGSTISCH

Der Mittagstisch soll nicht nur gut schmecken; er soll auch gesund sein und nachhaltig produziert werden. Die Stadt Biel zeigt, wie das geht: Seit Anfang Jahr bereitet sie in einer stadteigenen Küche täglich 1500 Mahlzeiten für Tagesschulen und Kitas zu, welche die genannten Kriterien erfüllen. Serviert werden vorwiegend vegetarische Menüs, die verwendeten Zutaten stammen mehrheitlich aus regionaler und biologischer Produktion. Alle Mahlzeiten werden schonend und ohne schädliche Konservierungsmittel zubereitet, der Transport erfolgt in Mehrwegschalen. Dank der eigenen zentralen Produktionsküche fallen lange Transportwege weg. Die bisherigen Rückmeldungen von Betreuerinnen und Betreuern der Mittagstische sind grösstenteils positiv, aufgrund der Feedbacks wird das Angebot laufend optimiert. Zurzeit führt die Stadt Biel eine umfassende Befragung der Eltern durch.

Cuisine communale

À Bienne aussi, la demande de prise en charge extrascolaire le midi et la journée a fortement augmenté ces dernières années. Afin de satisfaire cette demande et de réaliser le projet «Alimentation saine», la ville a lancé début 2023, après neuf mois de travaux, l'exploitation de sa propre cuisine. Celle-ci se trouve dans l'EMS Redern et dispose d'équipements de pointe, de chambres froides et d'espaces de stockage. Quelque 24 collaboratrices et collaborateurs cuisinent chaque jour 1500 repas, soit 290000 par an. Son emplacement central permet de renoncer à l'utilisation de grandes cuisines industrielles et réduit les distances de transport.

Un projet durable

Le projet de la ville de Bienne remplit tous les critères de durabilité. Il est écologique, puisque le choix et la transformation des produits respectent l'environnement. Il est social, puisqu'il donne la possibilité aux enfants de manger sainement, quelle que soit leur origine et appartenance sociale. Enfin, il est économiquement viable, puisque les infrastructures peuvent être utilisées de manière optimale, grâce à la cuisine communale située à un emplacement central. L'idée d'une existence saine grâce à une alimentation raisonnable fait son chemin à Bienne, au grand privilège des élèves biennois.

www.biel-bienne.ch > Thèmes A-Z > Enfants et familles > Alimentation saine

Nachgefragt bei Gunnar Kriening, Küchendirektor Alterszentrum Redern

«WIR DURCHLAUFEN EINEN LERNPROZESS»

Interview: Rolf Marti

Gunnar Kriening ist mit dem Start des Projekts «Gesunde Ernährung» zufrieden. Der Küchendirektor des Alterszentrums Redern und sein Team produzieren täglich 1500 Mahlzeiten für die Bieler Mittagstische.

Die Bieler Produktionsküche für gesunde Ernährung hat Anfang Jahr ihren Betrieb aufgenommen. Wie ist der Start gelungen?

Gunnar Kriening Wie geplant. Allerdings gab es einige Herausforderungen zu meistern. Unsere Küche produzierte bis Ende 2022 ausschliesslich für das städtische Alterszentrum Redern. Sie musste umgebaut und erweitert werden. Statt 120 Mahlzeiten pro Tag produzieren wir heute 1500. Und der Personaletat wurde von 900 auf 2000 Stellenprozente erweitert.

«Gesunde Ernährung» lautet die politische Vorgabe. Wie reagieren Eltern auf die Umstellung des Menüplans an den Mittagstischen der Stadt Biel?

Die Eltern wurden frühzeitig über das Projekt informiert. Zurzeit läuft eine umfassende Befragung. Daher kann ich noch keine verlässlichen Angaben machen. Die bisherigen Rückmeldungen der Betreuungspersonen an den Mittagstischen, die im

Kontakt mit den Eltern stehen, sind aber grossmehrheitlich positiv. Ich gehe davon aus, dass über 90 Prozent der Eltern mit dem neuen Angebot zufrieden sind.

Es werden mehrheitlich vegetarische Menüs serviert. Gab es daran Kritik?

Wir arbeiten mit neuzeitlichen Rezepturen und verwenden viele Fleischersatzprodukte. Das kommt nicht bei allen gut an. Und: Wir versorgen Kinder, die aus vielen unterschiedlichen Kulturen stammen und entsprechend unterschiedliche Essgewohnheiten haben. Eine zusätzliche Herausforderung. Aber wie immer: Die Leute melden sich dann, wenn ihnen etwas nicht passt. Positive Feedbacks sind zwangsläufig seltener.

Viel Gemüse, viele Früchte, wenig Salz und wenig Fleisch: nicht gerade das Menü, das sich Kinder am Buffet zusammenstellen würden. Wie reagieren sie?

Neulich haben mir einige Kinder einen Brief geschrieben. Sie wünschten sich Pommes auf dem Speiseplan. Wir versuchen, auf die Wünsche der Kinder einzugehen; gleichzeitig müssen wir die politischen Vorgaben erfüllen. Das ist eine Gratwanderung und erfordert Kreativität. Im Fall der Pommes haben wir stattdessen Country-Kartoffeln angeboten. Das kam gut an. Es zeigt sich auch, dass der Gaumen gewöhnungsbedürftig ist. Anders formuliert: Je öfter man etwas isst, desto lieber mag man es. Unser Linsenauflauf kam in der



Foto: zvg

«Wir versuchen, auf die Wünsche der Kinder einzugehen; gleichzeitig müssen wir die politischen Vorgaben erfüllen», sagt Küchendirektor Gunnar Kriening.

Anfangsphase nicht gut an. Nach einigen Anpassungen ist er nun beliebt.

Nach bald einem Jahr Erfahrung: Wo wollen Sie noch besser werden?

Wir durchlaufen einen Lernprozess und optimieren aufgrund von Rückmeldungen laufend die Auswahl der Speisen und deren Zubereitung. Auch bei der Portionierung der Mahlzeiten lernen wir dazu. Ziel ist, Food Waste soweit möglich zu vermeiden. Insgesamt sind wir auf Kurs und haben sehr viel Freude am Projekt «Gesunde Ernährung».

Essen und Trinken

VEGETARISCH, VEGAN ODER DOCH MIT FLEISCH?

Lukas Tschopp

Was esse ich und wie viel? Fragen der Ernährung sind allgegenwärtig. Um sie zu beantworten, bedienen sich Jugendliche auch der sozialen Medien. Die Berner Ernährungspsychologin Ronia Schiftan kennt die Perspektiven aller Beteiligten – und plädiert für einen aktiv-kritischen Umgang.

Der Mensch ist, was er isst. Dieser dem deutschen Philosophen Ludwig Feuerbach zugeschriebene Aphorismus bringt auf den Punkt, welchen Stellenwert die Ernährung hierzulande geniesst. Auch bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. «Ein Leben lang sind wir mit Essen beschäftigt», sagt Ronia Schiftan, Ernährungspsychologin und Mitinhaberin von externas – einer Berner Firma, die sich mit Fragen von Digitalität und Ernährung auseinandersetzt. «Wenn sich unser Leben wandelt, etwa altershalber, verändert sich auch unser Essverhalten.»

Aufgrund ihres Engagements in der Arbeit mit Jugendlichen weiss Ronia Schiftan, dass die Ernährung auch innerhalb von Peergroups eine grosse Rolle spielt: «Jugendliche und junge Erwachsene setzen sich stark mit Essen und Ernährung aus-

«Via Plattform vermitteln Influencer Informationen zu Ernährungs- und Verhaltensweisen. Damit nehmen sie direkten Einfluss auf das Essverhalten junger Menschen.» **Ronia Schiftan**

einander, etwa dann, wenn sie gemeinsam ein Abendessen zubereiten. Hier tut sich ihnen ein mächtiger Fragenkomplex auf.» Wo kochen wir und was? Was ist zurzeit angesagt? Kochen wir vegetarisch, vegan oder doch mit Fleisch? Mit Gemüse vom Markt oder aus dem Detailhandel? Was hat Saison? Welche Inhaltsstoffe sind da drin in den Produkten? Und wer weist welche Unverträglichkeiten auf?

Internetpopstars

Zum Themenkoloss Ernährung gesellt sich spätestens ab dem Jugendalter der Bereich Social Media hinzu. Das Departement für Angewandte Psychologie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) publiziert jedes Jahr die JAMES-Studie, die das Medienverhalten von Schweizer Jugendlichen beleuchtet. Gemäss neusten Erhebungen zählen soziale Netzwerke weiterhin zu ihren wichtigsten Medien im Alltag. Spitzenreiter sind die Kanäle Instagram, WhatsApp, YouTube und TikTok. Während WhatsApp dem Chatten mit Freunden dient, werden auf anderen Plattformen populäre, angesagte Themen bespielt. «Solche Trends werden von Influencern vermittelt», erklärt Ronia Schiftan. «Das sind Beeinflusserinnen und Beeinflusser, die auf Social Media grosse Popularität geniessen aufgrund der Anzahl Follower, also ihrer Anhängerinnen und Anhänger. Per Mausclick erreichen Influencer einen sehr grossen Personenkreis.»

Es liegt auf der Hand, dass Social Media bei der Informationsbeschaffung zur Beantwortung von Ernährungsfragen als zentraler Wegweiser fungiert. «Influencer nehmen hierbei eine Art Expertenrolle ein», weiss Ronia Schiftan. «Via Plattform vermitteln sie Informationen zu Ernährungs- und Verhaltensweisen. Damit nehmen Influencer direkten Einfluss auf das Essverhalten junger Menschen.»

Schlafender Wächter

Bei Fachpersonen stehen Influencer jedoch arg in der Kritik. «Perfektionierte Selbstdarstellungen mit stark bearbeiteten Bildern und die Vermittlung von Fehlinformationen stellen ein potenzielles Risiko für vulnerable Jugendliche dar», sagt Ronia Schiftan.

Eine aktuelle Studie des Magazins «Ernährung im Fokus» konnte aufzeigen, worin die Risiken bestehen: Viele Jugendliche nutzen soziale Medien passiv, kommunizieren also nicht aktiv mit, sondern konsumieren einfach die Inhalte von Drittpersonen. «Anhand einer solch passiven Nutzungsweise setzen sich Jugend-

liche einerseits fragwürdigen expliziten Botschaften aus, etwa in der Form: «Konsumiere Chlorophyll, das macht dich gesund», erzählt die Ernährungspsychologin. «Andererseits vermitteln Influencer – auch dank intensiver Bebilderung – überaus raffinierte, implizite Werthaltungen, in der Art: «Wenn du schlank und gebräunt bist, bist du beliebt.» Wer Social Media unaufmerksam und passiv konsumiert, verinnerlicht solch implizite Botschaften im Handumdrehen, weil sich der je eigene kritische Informationswächter im Schlafmodus befindet.»

«Junge Menschen sind den implizit und explizit transportierten Botschaften auf Social Media ausgesetzt und lassen sich davon beeinflussen.» **Ronia Schiffan**

Kommt hinzu, dass sich Jugendliche und junge Erwachsene in einer vulnerablen Lebensphase befinden. «Junge Menschen auf der Suche nach sozialer Zugehörigkeit und nach der eigenen Identität, die ständig Neues ausprobieren möchten, sind solchen implizit und explizit transportierten Botschaften auf Social Media schonungslos ausgesetzt – und lassen sich entsprechend leicht davon beeinflussen.»

Mit Medien leben

Ronia Schiffan warnt jedoch davor, soziale Medien vorschnell zu verteufeln. «Digitale Netzwerke gehören längst zu unserem Alltag dazu und tragen auch zur Emanzipierung von Jugendlichen bei. Streamingdienste wie Netflix oder Spotify übernehmen heute jene Informationsfunktionen, die früher dem linearen Radio oder Fernsehen zugekommen sind.»

Der von Netflix 2018 ausgestrahlte US-amerikanische Dokumentarfilm «The Game Changers» beispielsweise habe viele junge Fitnessinteressierte dazu gebracht, anhand einer strikt veganen Ernährung ihr persönliches Training zu verbessern. «Das kann man jetzt gut oder schlecht finden. Aber deswegen gleich die sozialen Medien anzuprangern oder gar verbieten zu wollen, ist sicher der falsche Weg. Genauso wie die Idee, Radios, Fernsehgeräte oder sonstige Massenmedien zu verbannen.» Ohnehin plädiert Ronia Schiffan dafür, die Kompetenz von Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Umgang mit Social Media nicht zu unterschätzen: «Die heranwachsende Generation ist – anders als die Erwachsenen von heute – von Anfang an mit sozialen Medien konfrontiert. Entsprechend pflegt ein Grossteil dieser Generation einen überaus gesunden Umgang damit. Sie wissen oft ganz genau, welches die wirklich vertrauenswürdigen Quellen sind im digitalen Datenschungel.»

Kritische Brille

Bezüglich des Einflusses von Social Media auf Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene streicht Ronia Schiffan hervor, dass hierbei den Eltern, aber auch pädagogisch tätigen Erwachsenen eine Mitverantwortung zukommt. «Viele Lehrpersonen, mit denen ich in Form von Workshops oder Weiterbildungen zusammen-

arbeite, entwickeln gegenüber sozialen Medien oftmals unbegründete Hemmungen und Ängste. Das ist schade. Ich plädiere im Gegenteil dafür, zunächst unvoreingenommen in diese Welt einzutauchen, um so das eigene kritische Urteilsvermögen zu schulen.» Auf Basis dieser naiven, von Neugier gesteuerten Selbstexploration gehe es in einem zweiten Schritt darum, spezifische Problemstellen auszumachen: «Was genau bewerben die Influencer auf ihren Kanälen? Geht es um gesunde Ernährung oder um Junkfood? Um ungezwungenes Training oder um puren Fitnesswahn, mit der Bewerbung von fragwürdigen Proteinshake?»

In einer kritischen Beurteilung stellt man sich bei der Sichtung von Onlinebeiträgen mitunter Fragen nach der Herkunft der Quelle, nach Absichten und Werthaltungen, die dahinterstecken, aber auch nach der Finanzierung oder nach der medientechnischen Realisierung der Beiträge. «Sowohl Eltern, Lehrpersonen als auch Schülerinnen und Schüler sind dazu zu befähigen, quasi hinter die Kulissen von Social Media zu blicken», betont Ronia Schiffan: «Entscheidend ist dabei die Reflexion des je eigenen Verhaltens und des Umgangs mit digitalen Angeboten.» Mit dem Blick durch eine entsprechend kalibrierte «kritische Brille» sei der passive Konsum, aber auch der aktive Gebrauch von Social Media weniger ein potenzieller Gefahrenherd als eine grosse Chance: die Chance nämlich, sich mit anderen Menschen zu vernetzen, um sich Hilfestellungen zur Lösung von Problemen zu holen – oder um sein eigenes, etwa künstlerisches Schaffen zu verbreiten. Vorschnelle Ängste ab- und einen kritischen Umgang aufzubauen lautet die Devise.

SYNTHÈSE : SE NOURRIR À L'ÈRE DES RÉSEAUX SOCIAUX

Les questions relatives à l'alimentation sont centrales chez les jeunes et les jeunes adultes: que cuisiner? Plat végétarien, végane ou avec de la viande? Quels aliments sont de saison? Qui a des intolérances? Pour répondre à ces questions, ils consultent souvent les réseaux sociaux. «Les influenceuses et influenceurs endossent un rôle d'expertes et experts», explique Ronia Schiffan, psychologue spécialisée dans le domaine de l'alimentation. «Ils partagent des informations sur les habitudes alimentaires et influencent ainsi le comportement des jeunes.» Plutôt que de diaboliser les réseaux sociaux, Ronia Schiffan recommande d'adopter un regard critique: s'interroger sur les sources des contenus, les valeurs qu'ils renferment, mais aussi leur financement ou les moyens techniques employés pour leur réalisation. En effet, les réseaux sociaux ne représentent pas que des dangers, ils sont aussi l'occasion pour les jeunes d'échanger avec des personnes qui leur ressemblent et d'obtenir des conseils. «Réfléchir sur son comportement et sur l'utilisation que l'on fait des offres numériques est essentiel», souligne Ronia Schiffan. «Les parents, les enseignantes et enseignants et les élèves doivent être capables de voir l'envers du décor des réseaux sociaux.»



Essen und Trinken

VOM SCHULGARTEN ZUM ZNÜNISNACK

Alexandra Erb

Das eigene Znüni selbst anbauen? Während eines halben Jahres haben sich Schülerinnen und Schüler in Aarwangen durch die Beete gekämpft und zum Schluss Zucchini, Radieschen, Kräuter und Salat geerntet. «Bern ist Bio» hat sie dabei begleitet. Die Organisation unterstützt Schulen bei der Realisierung eines Schulgartens, um Wertschätzung für regionale Lebensmittel zu fördern.

Säen, Giessen und Jäten – dank der Integration von «Bildung für Nachhaltige Entwicklung» (BNE) können diese Tätigkeiten zum Schulalltag gehören. Durch praxisorientierte Projekte gewinnen Schülerinnen und Schüler Bezug zur Natur und lernen, komplexe Vorgänge besser zu verstehen, so beispielsweise das Pflanzenwachstum. Um solch erlebbare Lernorte in den Unterricht zu integrieren, muss meist nicht weit gesucht werden: Auf dem Pausenplatz oder hinter dem Schulgebäude lassen sich Hochbeete oder Schulgärten anlegen – so geschehen diesen Frühling auf dem Schulplatz der Primarschule Aarwangen.

Auf das individuelle Beratungsangebot aufmerksam geworden ist Karin Brand, Lehrperson der Primarschule Aarwangen. Dank einem Weiterbildungsangebot holte sie für ihre Schulgartenplanung kurzerhand «Bern ist Bio» mit ins Boot. Unter Berücksichtigung der vorhandenen Bedingungen wie Bodenbeschaffenheit und Sonneneinstrahlung erstellte «Bern ist Bio» einen Pflanzplan und gab hilfreiche Tipps zur Gestaltung und Pflege der Beete. In enger Zusammenarbeit wurden ausschliesslich biologische Gemüse und Kräuter angebaut.

Ziel dieses für die Schülerinnen und Schüler spannenden Gartenbauprojekts war, den Zusammenhang zwischen biologischem Anbau und nachhaltiger Ressourcennutzung zu verstehen. Ihnen wurde in ganz praktischer Art vermittelt, wie wertvoll die Förderung eines zukunftsträchtigen Landwirtschafts- und Ernährungssystems ist. Denn nicht alle Schülerinnen und Schüler haben die Möglichkeit, mit Landwirtschaft in Berührung zu kommen.

Wertschätzung für die Herkunft der Lebensmittel

Das Schulgartenprojekt in Aarwangen ist ein anschauliches Beispiel, wie die Wertschöpfungskette und die Herkunft der Lebensmittel mit Schülerinnen und Schülern aufgegriffen werden können. Nebst dem Ziel, BNE erlebbar zu machen, wollen in der 5. und 6. Klasse auch das Verständnis und die Wertschätzung von Biolebensmitteln gefördert sein. Der persönliche Bezug zum Znünisnack wird bei einem selbst gesäten, gehegten, gepflegten und geernteten Rübli ein ganz anderer. Denn die Schülerinnen und Schüler erfahren, wo das Rübli herkommt, und verstehen,

was dahintersteckt, bis das verzehrfertige Produkt auf dem Teller landet. Auch Misserfolge sind zentral für den Lerneffekt: Der Salat geht ein, wenn er zu wenig gegossen wird. Die Freude ist dafür umso grösser, wenn die Zucchini endlich geerntet, zubereitet und als feiner Zucchettikuchen genossen werden können.

Die positive Wirkung vom Lernen in der Natur

Barbara Jaun-Holderegger, Dozentin für Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG) an der PHBern, zeigt sich erfreut über das Schulgartenprojekt: «Im Schulgarten gibt es diverse Lerngelegenheiten. So können Schülerinnen und Schüler Gemüse aus verschiedenen Perspektiven kennenlernen: aus biologischer Sicht, wenn es darum geht, zu verstehen, wie sich Pflanzen fortpflanzen, aber auch aus wirtschaftlicher Sicht, weil Arbeit und Zeit in einer reifen Frucht stecken. Und was ist dir die Frucht am Schluss wert? Das Lernen in der Natur wirkt sich positiv auf die psychische und physische Gesundheit der Kinder aus – und fördert zudem ihr Verständnis von Biodiversität.»

Lernen à discrétion

Ein Projekt wie der Schulgarten kann in verschiedenen Intensitätsstufen und für jede Schule individuell umgesetzt werden. Es ergibt durchaus Sinn, verschiedene Themen zu verknüpfen. So können nebst dem Anbau der Lebensmittel auch Verarbeitung und Handel thematisiert werden. Wenn Schülerinnen und Schüler lernen, die Zucchini zum Kuchen zu verarbeiten, haben sie später die Möglichkeit, das Zubereitete selbst zu vermarkten, zum Beispiel auf einem Märit. Sozial, ökologisch und wirtschaftlich relevante Aspekte können so in den erlebbaren Unterricht integriert werden.

«BERN IST BIO» – VOM ACKER BIS AUF DEN TELLER

Wo «Bern ist Bio» draufsteht, steht die Berner Bio-Offensive 2025 dahinter. So rückt «Bern ist Bio» Berner Bioprodukte ins Zentrum und hilft, zu mehr Wertschätzung und Wertschöpfung zu gelangen. Es gilt: Mehr Bioprodukte aus und für die Region, vom Acker bis auf den Teller, von den Landwirtinnen und Landwirten bis zu den Konsumentinnen und Konsumenten.

Durch die Bereitstellung von Lernarrangements wie «Vom Korn zum Bio-Brot» oder der Planung eines Schulgartens leistet «Bern ist Bio» einen wichtigen Beitrag zur Umweltbildung. Mit individuellen Beratungen für Gastronomien verhilft sie auch im Bereich Ernährung zu mehr Berner Bioprodukten.

Bildung: Steven Rosa, steven.rosa@bernistbio.ch
Gastronomie: Sabine Vogt, sabine.vogt@bernistbio.ch
Allgemein: info@bernistbio.ch



Essen und Trinken

WENN DAS GEMEINSAME ZNÜNI ZUM SCHULHAUSEVENT WIRD

Theodora Peter

In der Stadt Bern bieten neun Volksschulen ein monatliches Schulhaus-Znüni auf dem Pausenplatz an – darunter das Schulhaus Wankdorf. Um die Vorbereitung kümmern sich engagierte Elterngruppen jeweils zusammen mit einer Schulklasse. Zu Besuch beim «Wanki-Znüni».

Ein herbstlicher Donnerstagmorgen im Berner Nordquartier. Im Aufenthaltsraum der Tagesschule Wankdorf herrscht um 8.30 Uhr ein emsiges Treiben. Nachdem alle Hände gründlich gewaschen sind, gruppieren sich die Schülerinnen und Schüler der Klasse 3/4c zusammen mit einem Dutzend Erwachsenen rund um die Tische, auf denen die Znüni-Zutaten ausgelegt sind: mehrere Kilo Brotlaibe, Cracker, Frisch- und Hartkäse, Aufschnitt, saisongerechte Früchte und Gemüse. Einen Thonaustrich hat Andrea Mordasini bereits am Vorabend zu Hause vorbereitet.

Die Co-Verantwortliche der Elterngruppe ist seit sieben Jahren bei der Organisation des «Wanki-Znüni» dabei. Obwohl ihre eigenen Kinder nicht mehr im Wankdorf zur Schule gehen, engagiert sich die Mutter nach wie vor für den monatlichen Schul Anlass. «Ich mache es einfach gerne», sagt die 51-Jährige mit einem breiten Lachen. «Als extrovertierter Mensch mag ich Kontakte.» Besonders schön sei es, «die Freude und Dankbarkeit» der Schülerinnen und Schüler zu erleben. So kommt es hin und wieder vor, dass Andrea Mordasini unterwegs im Quartier von Kindern erkannt und auf das «Wanki-Znüni» angesprochen wird.

Insgesamt engagieren sich 16 Elternteile freiwillig beim Znüni – mehrheitlich sind es Mütter. Eine von ihnen hat bereits am Vortag zusammen mit Andrea Mordasini den Einkauf im Rahmen eines festgelegten Budgets erledigt. Vor Ort teilen sich die Erwachsenen die verschiedenen Aufgaben auf und mischen sich unter die Schülerinnen und Schüler. An einem der Tische hilft ein junger Vater beim Brotebestreichen. Was motiviert ihn zum Mitmachen? «Ich möchte mich für die Schule engagieren, und mir gefällt, dass ich hier andere Eltern kennenlerne.»

Den Kindern gefällt – und sie lernen viel

Den Schülerinnen und Schülern, die an einem anderen Tisch Gemüse und Früchte klein schneiden, scheint die Abwechslung vom üblichen Schulalltag Spass zu machen. Alle nicken auf die Frage, ob ihnen die Znüni-Vorbereitung gefällt. Ein Viertklässler präsentiert stolz den praktischen Apfelteiler, mit dem er die

Frucht mühelos in gleich grosse Stücke zerschneidet. Am Nachbartisch, wo Brote und Cracker bestrichen werden, müht sich ein Mitschüler mit einem harten Butterstück ab. «Eigentlich würde ich lieber Brot schneiden», räumt der Bub ein. Doch das Bedienen der elektrischen Schneidemaschine bleibt heute den Erwachsenen vorbehalten.

Noch warten Dutzende Brotscheiben darauf, mit Käse, Fleisch oder Thon belegt zu werden. Denn für das heutige «Wanki-Znüni» wird ein Grossandrang erwartet: Das erste Znüni nach Beginn des neuen Schuljahres wird allen Schülerinnen und

«Die Mahlzeiten schaffen auch soziale Momente: Die Kinder essen und trinken gemeinsam und tauschen sich untereinander aus.»

Andrea Schneider, Fachstelle schulische Gesundheitsförderung und Prävention

Schülern offeriert. Eine Anmeldung mit einer Kostenbeteiligung von 1.50 Franken pro Kind und Znüni wird erst ab dem zweiten Quartal verlangt. Bis dahin werden die Eltern einen Brief mit den entsprechenden Informationen erhalten haben. Im Durchschnitt melden sich rund 150 Kinder für die monatliche Pausenverpflegung an – dies entspricht einer Teilnahmequote von über 80 Prozent. Das Angebot richtet sich vorab an Schülerinnen und Schüler von der Basisstufe bis zur 6. Klasse, steht aber auch der Oberstufe offen. ▶

GESUNDHEITSPROJEKT MIT ELTERNMITWIRKUNG

Das gesundheitsfördernde Schulhaus-Znüni mit Einbezug der Eltern besteht in der Stadt Bern seit zehn Jahren. Erstmals durchgeführt wurde es im Schuljahr 2012/2013 im Schulhaus Wittigkofen. Seither haben acht weitere Schulen das Angebot eingeführt – darunter das Schulhaus Wankdorf. Die Projektverantwortliche der Fachstelle schulische Gesundheitsförderung und Prävention begleitet die Schulen in den ersten eineinhalb bis zwei Jahren – vom Aufbau bis zur Umsetzung. Voraussetzungen für ein Gelingen sind der Einbezug aller Beteiligten, vertrauensvolle und verlässliche Beziehungen sowie eine Kommunikation auf Augenhöhe. Das Schulhaus-Znüni soll zu einer langfristigen Auseinandersetzung mit dem Thema einer gesunden und ausgewogenen Zwischenverpflegung anregen. Weiter fördert die Zusammenarbeit zwischen Schule und Eltern ein gutes Schulklima. Die Fachstelle initiiert auch Angebote für spezifische Altersklassen – etwa eine Znüni-Box für die Basisstufe sowie einen Pausenkiosk für Jugendliche der Oberstufe.

www.bern.ch > Themen > Bildung > Schule > Gesundheit in der Schule > Gesundheitsförderung > Ernährung & Bewegung

Für die Znüni-Zubereitung wechseln sich die Klassen im Turnus ab. Dieses Mal ist die Reihe an der Klasse 3/4c. Weil es heute mehr zu tun gibt als üblich, erscheint Lehrerin Lea Schmid mit allen 18 Schülerinnen und Schülern. Üblicherweise kommt eine halbe Klasse zum Einsatz, während die anderen Kinder im Schulzimmer unterrichtsspezifische Aufgaben erledigen. Heute packt die ganze Klasse bei der Znüni-Vorbereitung mit an. Mit dabei ist auch die Heilpädagogin und eine Praktikantin. Deren Präsenz ermöglicht es der Klassenlehrerin heute, individuell mit den Schülerinnen und Schülern am Schulstoff im Fach Französisch zu arbeiten. Dazu holt Lea Schmid jedes Kind kurz von den Znüni-Vorbereitungen weg. Zwar entfällt während einer Doppellektion der klassische Unterricht, aber die Lehrerin ist überzeugt, dass die Kinder bei der Znüni-Vorbereitung enorm viel lernen: von der Lebensmittelhygiene über das Rüsten von Gemüse bis hin zum Berechnen von Mengen und zum Kennenlernen von Lebensmittelunverträglichkeiten. «Darüber hinaus üben sie, Anweisungen von anderen Personen entgegenzunehmen.»

Gesund und sozial

Inzwischen füllen sich die grossen Servierplatten mit Dutzenden von belegten Broten, bestrichenen Crackern, geschnittenen Karotten und Gurken, Apfel-, Bananen- und Mangostücken sowie Tomaten-Mozzarella-Oliven-Spiesschen. Bis zum Beginn der grossen Pause um 9.50 Uhr bleibt der Elterngruppe noch etwas Zeit für einen gemeinsamen Kaffee und einen Schwatz. Heute ist Andrea Schneider von der Stadtberner Fachstelle für schulische Gesundheitsförderung und Prävention zu Besuch. Die Ernährungspsychologin koordiniert die Initiativen zu Ernährung und Bewegung und hält regelmässig Kontakt zu Schulen und Elterngruppen. Aus ihrer Sicht geht es nicht nur darum, dass die Kinder dank ausgewogenem Essen den Schulalltag fit und konzentriert bewältigen. «Die Mahlzeiten schaffen auch soziale Momente: Die Kinder essen und trinken gemeinsam und tauschen sich untereinander aus.»

Als wenig später im Wankdorf-Schulhaus die grosse Pause eingeläutet wird, strömen die Kinder und Jugendlichen direkt zum gedeckten Platz, wo das Znüni-Buffer aufgebaut wird. Noch ist für die hungrigen Mägen Geduld gefragt. Lehrerin Lea Schmid stellt sich auf eine Betonbank, ergreift das mitgebrachte Megafon und begrüsst die versammelten Schülerinnen und Schüler zum ersten «Wanki-Znüni» des neuen Schuljahres. Dabei erinnert sie an die Spielregeln – etwa, dass Hamstern unnötig ist. «Ihr könnt euch gerne später ein zweites oder drittes Mal bedienen.»

Bald greifen Dutzende kleine und grosse Hände zu. Am schnellsten weg sind die belegten Brote, und auch die handlichen Cracker-Sandwiches sind bei den Kindern äusserst beliebt. Nach dem ersten Andrang lichten sich die Reihen. Wer noch mag, kehrt ein weiteres Mal ans Buffet zurück. Übrig bleiben am Schluss zwei Tablettts mit geschnittenem Gemüse und geschnittenen Früchten, die später im Lehrzimmer zum Verzehr angeboten werden. Es sei selten, dass nicht alles aufgegessen werde, sagt Andrea Schneider. «Die Mengenermittlung war heute schwieriger, weil keine Anmeldung nötig war.»

Finanziert durch Elternbeiträge

Die Fachstelle schulische Gesundheitsförderung und Prävention stellt Beispiele von Einkaufslisten mit Mengenangaben für jeweils 100 Kinder zur Verfügung – wie auch eine bereits vorgeprogrammierte Excel-Liste. Interessierte finden diese online (siehe Kasten). Die Schulhaus-Znüni finanzieren sich vollumfänglich aus den erhobenen Elternbeiträgen – mit Ausnahme der ersten Durchführung pro Schuljahr. Dann wird das Znüni aus Mitteln der Schule oder der Stadt bezahlt. Eine pauschale Abgeltung gibt es für die einmalige Beschaffung von Materialien wie Schneidebrettern und Rüstmessern.

Nach der grossen Pause kehrt im Wankdorf der normale Schulalltag ein. Die meisten Eltern sind nach dem Aufräumen schon auf dem Heimweg. Co-Organisatorin Andrea Mordasini steht mit zwei Kolleginnen noch in der Küche und wäscht die letzten Serviertabletts ab. Sie freut sich auf den nächsten Einsatz am «Wanki-Znüni».

SYNTHÈSE: LE GOÛTER, TOUT UN ÉVÉNEMENT!

Dans la ville de Berne, neuf établissements de la scolarité obligatoire, dont l'école de Wankdorf, organisent tous les mois un goûter du matin dans la cour de récréation. À cette occasion, un groupe de parents et une classe d'élèves différents s'occupent de tout préparer: pains garnis, tartines, fruits et légumes coupés en petites portions. Ces goûters équilibrés permettent non seulement aux enfants de rester en forme et concentrés tout au long de la journée, mais créent également des moments de socialisation. Les enfants mangent, boivent et échangent ensemble. La participation est facultative.

En moyenne, environ 150 enfants de l'école de Wankdorf s'inscrivent à cet événement mensuel, soit un taux de participation de 80%. La nourriture et les boissons sont financées par une contribution de 1.50 franc par enfant et par événement. Le Service communal spécialisé dans la promotion de la santé et la prévention en milieu scolaire accompagne les établissements intéressés du lancement de l'offre jusqu'à son organisation. Pour que ces événements rencontrent un franc succès, il est nécessaire que toutes les personnes impliquées s'investissent, nouent des relations de confiance, puissent compter les unes sur les autres et communiquent d'égaux à égaux.



Für die ganze Klasse – Snacks mit Klasse.

Jetzt gratis bestellen oder herunterladen.
Unterrichtsmaterial zu Ernährung und Gesundheit.

www.swissmilk.ch/schule



swissmilk

Zoom sur le cinéma

ÉDUCATION CINÉ- MATOGRAPHIQUE ET RENCONTRE DE VILLAGE



**FOKUSTHEMA:
KINO**

Interview: Martina Josi

L'école de La Ferrière a organisé une séance cinéma au sein du village pour ses habitantes et habitants, en collaboration avec Roadmovie. Les élèves ont participé à des ateliers une semaine auparavant et tout le village s'est finalement retrouvé le soir pour la séance.

Emelyne Heffner et Céline Marsilii, en tant que codirectrices de l'école primaire de La Ferrière, vous avez réalisé un projet en collaboration avec Roadmovie. Qu'avez-vous fait concrètement?

Emelyne Heffner et Céline Marsilii Pour la séance cinéma ouverte à l'ensemble des habitantes et habitants du village, nous avons choisi le film «Lynx», en présence de la réalisatrice.

Les élèves ont préparé en amont des décors pour habiller la halle de gym, transformée en salle de cinéma pour l'occasion. Pour la soirée, les membres de la commission scolaire avaient préparé du pop-corn et autres snacks, qui ont été vendus au profit de l'école.

La semaine précédente, nous avons organisé des ateliers de stop motion pour les classes. Les élèves y ont créé de petits films qui ont été projetés au début de la soirée. Et l'après-midi du jour de la séance, ils ont assisté à une projection de courts métrages, accompagnés et présentés par une animatrice.

Comment Roadmovie vous a-t-il soutenues dans l'organisation ?

L'équipe de Roadmovie s'est montrée disponible et présente tout au long du processus. La soirée, par exemple, a été entièrement organisée par elle avec le soutien de la commission scolaire. Les ateliers ont été dirigés par une animatrice, qui a apporté tout le matériel nécessaire. Les enseignantes étaient présentes pour apporter leur aide.

Ce type d'événements demande passablement d'organisation – lieu pour la projection, lieu d'accueil pour l'équipe, repas. Il était donc important d'avoir en plus le soutien de la commune et des concierges.

Qu'ont appris les élèves en réalisant leurs films ?

Les différentes activités des ateliers ont permis de travailler plusieurs objectifs liés à l'éducation numérique, tels que l'utilisation de différents outils – appareil photo, tablette, logiciel, etc. – et la sensibilisation aux images, ainsi que des objectifs liés au cours de français – création d'une histoire, mise en scène, etc. Et nous en avons aussi profité pour parler du cinéma suisse et de sa diversité à travers le choix du film projeté le soir.

Et quel bénéfice l'école et le village ont-ils tiré de cet événement ?

Nous organisons régulièrement des manifestations. La venue de Roadmovie a permis d'organiser quelque chose de nouveau. La soirée a remporté un franc succès, car elle a attiré beaucoup de familles et de personnes qui n'avaient pas de lien direct avec l'école.

 [Reportage vidéo de TeleBilingue](#)



Photo: Ruedi Flück

Cinéma

ROADMOVIE

Tous les degrés

En automne, Roadmovie parcourt le canton de Berne et amène le cinéma dans les villages. En plus de la soirée cinéma publique, des projections de courts métrages ainsi que des ateliers pratiques en animation sont proposés aux écoles.



Inscrivez-vous dès à présent pour la tournée de 2025!

Film

ROADMOVIE

Alle Stufen

Roadmovie tourt jeweils im Herbst durch den Kanton Bern und bringt das Kino in die Dörfer. Für Schulklassen werden – neben dem öffentlichen Kinoabend – Kurzfilmvorstellungen angeboten und zusätzlich Filmworkshops organisiert.



Bewerben Sie sich nun für die Tournee 2025!



Jugendfilmtage

EINGABE EINES KURZFILMS

Alle Stufen

Im Frühling (13. bis 17. März 2024) zeigen die Schweizer Jugendfilmtage Video-Projekte von Kindern und Jugendlichen. Ausgeschrieben wird jeweils ein Wettbewerb für Kurzfilme. Die Eingabe ist bis am 1. Januar des jeweiligen Jahres möglich. Im Vorfeld des Festivals stehen kostenlose Filmworkshops für Schulklassen (Zyklus 2 bis Sek 2) im Angebot.



Machen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler zu Filmschaffenden und erarbeiten Sie mit Unterstützung einen eigenen Film für eine Eingabe 2024 oder 2025!

Film

GESCHICHTE, BEWEGUNG UND TON IM LICHTSPIEL

Alle Stufen

Museum oder Kino, Archiv oder Werkstatt? Die Kinemathek Lichtspiel lässt die Projektoren rattern, gibt Einblicke in Historie und Filmtechnik und schaut in Maschinen. Klassen erhalten ab CHF 120.– Workshops im Lichtspiel.



Tauchen Sie ein in die Geschichte und die Technik der Filmkunst!

Foto: Steff Bossert



KULTUR-GUTSCHEIN

Festival Ciné Jeunesse

SOUSSION D'UN COURT MÉTRAGE

Tous les degrés

Au printemps (du 13 au 17 mars 2024), le Festival Ciné Jeunesse Suisse présente des projets vidéo réalisés par des enfants et des jeunes. Un concours est organisé pour les courts métrages. Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 1^{er} janvier de chaque année. En amont du festival, des ateliers de cinéma gratuits sont proposés aux classes (du cycle 2 au secondaire 2).



Faites de vos élèves des créateurs de films et réalisez, avec soutien, votre propre film pour une soumission en 2024 ou 2025!



Foto: FFFH

Film

BERNER FILM-FESTIVALS*

Sek 1 und 2

Der Kanton Bern bietet einiges an Filmfestivals, darunter zum Beispiel «Norient» (Bern, 10. bis 14. Januar 2024), «Kurzfilmmacht Bern & Biel» (3. Mai 2024), «Festival du Film Français d'Helvétie» (Biel, 11. bis 15. September 2024) oder «Queersicht» (Bern, November 2024).

«BEMovie» versammelt jeweils im November aktuelle Berner Produktionen und zeigt diese online als Stream sowie in Kinos im ganzen Kanton Bern von Saint-Imier bis Meiringen.



Regional oder international, kurz oder lang – beantragen Sie Reisegutscheine für den Besuch der Berner Filmfestivals mit Ihrer Klasse!

DIGITALE UNTER-RICHTSPLATTFORMEN FÜR LEHRPERSONEN

Film

AUSGEWÄHLTE KINOFILME UND UNTER-RICHTSMATERIALIEN FÜR SCHULEN!*

Alle Stufen

KINOKULTUR (Spiel, Animations- und Dokumentarfilme) und **Vision du Réel at School** (Dokumentarfilme) vermitteln aktuelle Kinofilme.

Die Plattformen bieten kostenloses Unterrichtsmaterial zu einer breiten Film-Auswahl und veranstalten Workshops und Gespräche für Kinder und Jugendliche mit Filmschaffenden/Fachpersonen sowie Lehrpersonenweiterbildungen.



KINOKULTUR organisiert Schulvorführungen in regionalen Kinos (CHF 10.– pro SuS).



VdR@school macht Schulen monatlich kostenlos einen neuen Film als Stream zugänglich.

* Offre disponible en français!

Les bons culturels sont des contributions financières à des projets culturels ou des sorties.

CULTURE ET ÉCOLE

Conseil et soutien financier pour les projets culturels scolaires. Les enseignant·e·s du canton de Berne peuvent s'adresser à l'Unité Médiation culturelle, Encouragement des activités culturelles du canton de Berne.



Informations et offres via le code QR





Miguel Mira

HERR MIRAS «RESTAURANT» HÄTTE DREI STERNE

Esther Diener-Morscher
Foto: Sam Bosshard

Für die Kinder der Tagesbetreuung Statthalter in Bern ist er «unser Koch»: Miguel Mira. Bei ihm kommen auch Randen, Spinat und Blumenkohl auf den Tisch, ohne dass jemand reklamiert.

Im alten Stöckli köchelt in einem grossen Topf die Tomatensauce – genauer: Herrn Miras Tomatensauce. Und die kennt jedes Kind, das die Tagesbetreuung Statthalter in Bümpliz besucht. Denn sie ist die beste. Und zwar so gut, dass sich Väter und Mütter schon «beklagten»: Ihr Kind finde Herrn Miras Tomatensauce besser als die zu Hause.

Der Koch für alle Fälle

Miguel Mira, den Koch der Tagesbetreuung in der Statthalter-Filiale, macht das natürlich ein wenig stolz. Doch er weiss mit Kindern genauso gut umzugehen wie mit Eltern. Und deshalb sagt er dann jeweils aufmunternd: Solche Vergleiche seien ungerecht, weil für ihn das Kochen der Beruf sei. Gelernt hat er diesen ursprünglich in einem Restaurant. Doch seit zwölf Jahren ist er von der Stadt Bern angestellt und kocht in der Tagesbetreuung im alten Stöckli neben den Schulhäusern Statthalter und Bümpliz.

Er liebt es, wenn um zehn vor zwölf die ersten Kinder kommen, zu ihm in die Küche schauen und neugierig fragen: «Herr Mira, wonach riecht das heute?» Und wenn dann eines noch schnell seinen Ärger abladen will, hört er ruhig zu und weiss zu trösten. Kurze Zeit später, wenn die Kinder dann am Tisch sitzen, sind die überbackenen Gnocchi auf dem Teller wichtiger.

«Ich möchte, dass sie sich gesund ernähren», sagt er und fügt dann aber gleich hinzu, dass er natürlich noch niemanden dazu gezwungen habe, etwas zu essen. Er wagt sich aber, Rotkraut oder Linseneintopf aufzustellen, obwohl er weiss, dass das bei vielen Kindern nicht ankommt – zumindest nicht im ersten Anlauf. «Es ist aber wichtig, dass sie es kennenlernen, deshalb stelle ich solche Dinge auf und sporne sie an, davon zu probieren.» Doch selbstverständlich sorgt Herr Mira gut für «seine Kinder»: In solchen Fällen steht immer ein anderes Gemüse als Alternative bereit.

Hamburger und Rohkost

Längst weiss Miguel Mira um die Vorlieben der Kinder. In seinem Briefkasten, den er für besondere Essenswünsche aufgestellt hat, liegen die Zettelchen, auf denen die grössten Hits der Kinder stehen: sehr oft Spaghetti oder Penne mit Tomatensauce. Weitere Spitzenreiter sind Pizza, Chicken-Nuggets und Hamburger.

Hamburger? Darf er das den Kindern auftischen? Schliesslich hat die Stadt Bern einen 16-seitigen Leitfaden mit «Ernährungs- und Qualitätsrichtlinien für die Mahlzeitenherstellung in familienergänzenden Betreuungseinrichtungen». «Natürlich gibt es ab und zu Hamburger», sagt Miguel Mira. Virtuos meistert er die Gratwanderung zwischen den Ansprüchen der Erwachsenen und den Träumen der Kinder. Zu den Hamburgern gibt es Bratkartoffeln statt Pommes frites und saisonale Rohkost vom Biolieferanten aus der Nähe. Die Kinder würden Herrn Miras Hamburger kaum mit einem von McDonalds tauschen wollen. Denn Herr Mira weiss, wie man die Mayonnaise selbst macht. Und das fasziniert die Kinder: wie mit dem Mixer aus Eiern und Öl die dicke gelbe Paste entsteht, die so viel besser schmeckt als die aus der Tube.

MIGUEL MIRA (43)

kocht seit zwölf Jahren für die Filiale Statthalter der Tagesbetreuung Bümpliz-Höhe. Vorher arbeitete er während 16 Jahren im ehemaligen Zunftrestaurant Schmiedstube in Bern. Dort machte er nicht nur seine Kochlehre und eine Zusatzlehre im Service, sondern war zuletzt auch fünf Jahre Küchenchef. Miguel Mira ist verheiratet und Vater von drei Kindern.

Herr Mira setzt sich jeden Mittag selbst an den Tisch und isst mit, was er gekocht hat. Wenn er sich dann ganz selbstverständlich Randen, Spinat oder Blumenkohl schöpft, dann hören die meisten Kinder auf, solches Gemüse misstrauisch zu beäugen oder darüber zu schnöden. Doch Miguel Mira bleibt Realist: «Solche Sachen haben nie alle Kinder gern», räumt er ein. Aber es kommt immer wieder vor, dass er die eine oder den anderen auf den Geschmack bringt. Besonders weil sie wissen, dass das Gemüse vom Bauernhof in der Nähe kommt.

Ernährungsrichtlinien

Als Tagesbetreuungskoch ist Miguel Mira verpflichtet, nach den Ernährungsrichtlinien der Stadt zu kochen, und die sind strikt. Höchstens zweimal pro Woche Fleisch oder Fisch. Täglich Salat, Rohkost oder Früchte. Mindestens einmal pro Woche Vollkornprodukte oder Hülsenfrüchte. Maximal einmal pro Woche Frittiertes oder Fettreiches. Höchstens dreimal pro Woche ein gezuckertes Dessert.

Für dieses Konzept hat die Stadt sogar schon das Lob von Greenpeace eingeheimst: «Von den untersuchten Städten sticht Bern durch die vorbildlichen Ernährungsrichtlinien auf Stufe Kinderbetreuung heraus. Keine andere Stadt ist ähnlich konsequent bei der Bereitstellung der Mahlzeiten für die Jüngsten», urteilte die Umweltorganisation nach einer Überprüfung von zehn Städten.

Für Mira sind die Vorgaben kein Problem. Er achtet sogar ganz genau darauf, dass er die Tage mit Fleisch, Hülsenfrüchten und den süssen Desserts stets auf andere Wochentage legt. Damit auch jene Kinder Abwechslung haben, die nur an bestimmten Tagen in der Tagesbetreuung essen. Für jene Kinder, die auch in den Ferien in der Tagesbetreuung essen, gibt es dann auch ab und zu Ausnahmen: Dann gibt es auch mal etwas Spezielles wie Chicken-Nuggets oder Fajitas und Muffins zum Dessert. «Es soll schon gesund sein, aber die Kinder sollen auch spüren, dass Ferien sind», sagt Miguel Mira.

Er koche weniger scharf und weniger salzig als für Erwachsene im Restaurant, sagt er. «Aber Spitalkost gibt es bei mir nicht», fügt er lachend hinzu. «Beim Chili con Carne kann jedes Kind selbst mit Chiliflocken würzen.» Überhaupt machen die Kinder bei Miguel Mira sehr viel selbst, so auch das Schöpfen. «Damit lernen sie, mit ihrem Hunger und der Portionengrösse umzugehen.»

Gemeinsam in der Küche

Miguel Mira geniesst es, für die Kinder in der Küche zu stehen, mit ihnen auch einmal ein Brot zu backen oder eine Creme zu mischen. Er fände es schade, wenn es seine – zugegeben kleine und nicht sehr modern ausgestattete – Küche nicht mehr gäbe. Andernorts in Bern werden Tagesbetreuungen auch von grossen Quartierküchen beliefert. Gleichzeitig ist er sich bewusst, dass er mit seiner Küche an Grenzen stösst. Vor den Sommerferien hat er für bis zu 250 Kinder gekocht. Das war für ihn und das Küchenteam kaum mehr zu bewältigen. Nun kochen sie noch 120 Mahlzeiten.

Manchmal fragen die Kinder «ihren Koch»: «Warum haben Sie kein eigenes Restaurant?» Er entgegnet dann jeweils: «Hier ist es ja wie in meinem eigenen Restaurant, nur viel besser.» Fast wie ein Sechser im Lotto sei die Stelle als Tagesbetreuungskoch, erklärt er. Er habe sein eigenes Reich, sei sein eigener Chef und habe trotzdem geregelte Arbeitszeiten. Um halb sieben morgens fängt er an, spätestens um vier Uhr nachmittags ist er fertig, fünfmal pro Woche.

Am Samstag und am Sonntag hat er immer frei. Dann hat Miguel Mira Zeit für seine Familie – und Zeit, auch zu Hause am Herd zu stehen und gemeinsam mit den eigenen Kindern zu kochen. Schliesslich macht er ja die beste Tomatensauce. Und diese essen auch seine eigenen Kinder gern.

Schulzahnpflege

WAS ERNÄHRUNG MIT UNSEREN ZÄHNEN MACHT

Interview: Karin Hänni

Geht es um Essen und Trinken, gibt es um die Frage nach den Zähnen kein Herumkommen. Wir haben mit Prof. Hendrik Meyer-Lückel, dem geschäftsführenden Direktor der Zahnmedizinischen Kliniken Bern und Direktor der Klinik für Zahnerhaltung, Präventiv- und Kinderzahnmedizin, über den Zustand von Kinderzähnen, die Wichtigkeit der Schulzahnpflege und die Krux mit dem Zucker gesprochen.

Abbildung: rawpixel.com



Essgewohnheiten widerspiegeln sich in der Regel rascher, als uns lieb ist, in den Zähnen. Was sind Ihre diesbezüglichen Erfahrungen, einerseits als Zahnmediziner, andererseits als vierfacher Vater?

Hendrik Meyer-Lückel Am wichtigsten ist, dass wir unseren Kindern nicht zu viel Zucker angewöhnen. Das gilt für gesüsste Getränke in Schoppenflaschen genauso wie für das Belohnen mit Schokolade und Konsorten sowie den kulturell akzeptierten übermässigen Verzehr von zuckerhaltigen Getränken und Speisen. Am besten lassen Sie Ihre Kinder in den ersten Lebensjahren nur Wasser und ungesüssten Tee trinken. Es ist ja nicht so, dass sie von selbst nach zuckerhaltigen Getränken verlangen. Vielmehr bieten manche Eltern diese viel zu früh an und können den lautstarken Forderungen nach einer Wiederholung dann nicht widerstehen.

Haben Sie diese ersten Lebensjahre kariesfrei überstanden und Ihr Kind an zuckerfreie Getränke gewöhnt, ist dies schon einmal ein sehr guter Start in dessen weiteren Zahnlebensweg. Gleichwohl neigen wir auch in der Schweiz dazu, Belohnungen oder freudige Lebensereignisse mit Zuckerkonsum zu verbinden. Auch deshalb ist dieser seit Jahrzehnten sehr hoch.

Man geht davon aus, dass wir durchschnittlich rund sechsmal so viel Zucker essen, wie es gut für uns wäre. Es lohnt sich darum, darauf zu achten, dass «Schleckzeug» etwas Besonderes bleibt und nicht mehrfach am Tag gesüsste Getränke konsumiert werden. Eine gewisse Rolle spielt dabei auch versteckter Zucker, wie er etwa in Ketchup oder Energy- und Softdrinks vorkommt. Teilweise geben sich diese sogar einen gesunden Anstrich, beispielsweise Frucht-Smoothies, Fruchtjoghurts, Eistees und Ähnliches.

Da interessiert uns umso mehr: Wie geht es Kinderzähnen heute im Vergleich zu vor zehn Jahren?

Die grossen Sprünge in der Reduktion von Karies wurden in den 1970er- bis 1990er-Jahren gemacht. Man muss sich das so vorstellen, dass vor 50 Jahren fast alle vier bleibenden Backenzähne, die mit sechs Jahren durchbrechen, im Alter von zwölf Jahren ein Loch hatten. Heutzutage hat statistisch gesehen nur noch jedes zweite zwölfjährige Kind einen solchen Zahn mit Karies. Das klingt erst einmal vielversprechend. Allerdings lohnt sich ein Blick auf die Verteilung: Bis zu zwei Drittel der Kinder haben bis zum zwölften Lebensjahr gar keine Karies, weder an Milch- noch an bleibenden Zähnen. Jedoch verei-

nen rund 10 Prozent der Kinder die Hälfte der gesamten Karies auf sich. Die verbleibenden 20 Prozent haben entsprechend nur einige wenige Zähne mit Karies.

Unser Ziel sollte darum sein, dieses erreichte gute Zweidrittelergebnis zu erhalten und gleichzeitig Strategien zu entwickeln, auch jene Kinder mit sehr vielen Löchern besser zu erreichen. Hier beisst sich die Katze aber in den Schwanz, da bei ihren Eltern oftmals wenig Interesse an der Zahngesundheit besteht oder Sprachbarrieren im Weg stehen. In diesem Fall spielt die Schulzahnpflege eine ausserordentlich wichtige Rolle, da diese für diese vulnerable Gruppe oftmals der einzige Zugang zu einer verbesserten Zahngesundheit ist und im besten Fall viel Leid und Kosten ersparen kann.

Sind Ernährung und Süssgetränkekonsum der Schulkinder also gar nicht so schlimm? Was sind Ihre diesbezüglichen Empfehlungen einerseits an die Eltern, andererseits an die Lehrpersonen?

Ich denke, dass sich das zahngesundheitsbezogene Verhalten und im Speziellen die Ernährung inklusive der Süssgetränke grundsätzlich sogar eher gebessert hat. Allerdings, wie eben ausgeführt, nicht bei allen. Hier stehen wir gemeinsam gegen die Werbebudgets der Nahrungsmittelindustrie und können nur durch das gute Beispiel und Aufklärung immer wieder versuchen, den Kindern zu einer besseren Mundgesundheit zu verhelfen.

Welche Rolle spielt die Schulzahnpflege dabei? Was sind ihre Möglichkeiten, wo liegen ihre Grenzen?

Eine sehr grosse Rolle! Neben der täglichen Verwendung von fluoridhaltiger Zahnpasta seit Anfang der 1970er-Jahre ist die Schulzahnpflege eine der wichtigsten Säulen zur Gesunderhaltung der Zähne unserer Kinder. Aber natürlich kann sie einen allfälligen negativen Einfluss durch das Elternhaus nicht völlig kompensieren.

Was würden Sie anpassen, wenn Geld keine Rolle spielen würde, oder anders gefragt: Wie sähe die Schulzahnpflege Ihrer Träume aus?

Im Prinzip machen wir schon das meiste richtig, und es ist aus meiner Sicht wichtiger, das Richtige bewusst zu tun, statt die Quantität zu erhöhen. Die Umsetzung der Schulzahnpflege unterliegt ja zurzeit gezwungenermassen einem Wandel. Auslöser war die nunmehr notwendige Einwilligung der Eltern bei der Verwendung von hochfluoridhaltigen Zahngelen, die generell besser ausgespuckt als verschluckt werden sollten. Ein Prozedere, das die Gemeinden und Schulen sowie die Lehrerinnen und Lehrer vor organisatorische und hygienische Herausforderungen stellt.

Die Empfehlungen seitens der Zahnärzteschaft sind hier aber klar: Fluoridgele sind im Rahmen der Schulzahnpflege empfehlenswert. Bei allen Massnahmen und Bemühungen muss man immer auch die tatsächliche Umsetzung im Auge behalten, und ich kann aus Erfahrung mit unseren eigenen Kindern sagen, dass der Schultag mit dem Fluoridgel nie zu den beliebtesten gehörte. Auch die Klassenkollegen spuckten das Fluoridgel oft innerhalb von Sekunden in den Mülleimer, ohne dass es jemand gross gemerkt hätte.

Ist es nicht wissenschaftlich erwiesen, dass Fluoridgele in der Schulzahnpflege bei der Kariesreduktion helfen?

Wie schon erwähnt, ist allenfalls noch ein Drittel der Kinder überhaupt von Karies betroffen und auch von diesen nur wiederum ein Drittel sehr stark. Eine klassenweise Verabreichung von hoch fluoridhaltigen Gelen ist alleine schon wegen dieser epidemiologischen Tatsachen nicht mehr zeitgemäss. Die wöchentliche häusliche Verwendung eines Fluoridgels bei Kindern mit höherem Kariesrisiko ist hingegen weiterhin richtig und wichtig. Aus heutiger wissenschaftlicher Sicht liegen die Haupteffekte in der Wirksamkeit der Schulzahnpflege indes vielmehr in der Etablierung und Förderung einer zuckerarmen Ernährung sowie in der Anleitung zu einer guten Mundhygiene.

Wie lauten daraus schlussfolgernd die aktuellen Empfehlungen für die Schulzahnpflege?

Die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft Bern empfiehlt, in Anlehnung an die Empfehlungen der Vereinigung der Kantonszahnärzte der Schweiz aus dem Jahr 2023, den Fokus der Schulzahnpflege auf folgende Aspekte zu legen:

- die Betonung der Wichtigkeit einer zuckerarmen Ernährung, mit besonderer Erwähnung der Schädlichkeit von zuckerhaltigen Getränken und auch mit Blick auf Allgemeinerkrankungen, deren Risikofaktor oftmals Übergewicht ist.
- das Einüben einer systematischen Vorgehensweise beim regelmässigen Zähneputzen (zweimal täglich). Viele, auch Erwachsene, putzen immer die gleichen Stellen und «vergessen» vor allem die hintersten Zähne.
- Ab der 1. Klasse (ab 6 Jahren) ist eine Zahnpasta mit rund 1400–1500 ppm Fluorid empfohlen, im Kindergarten eine mit 500 ppm Fluorid. Die Zahnpasta sollte im Geschmack angenehm sein, aber keinesfalls verschluckt, sondern ausgespuckt werden. Die Verwendung von Fluoridgel ist hingegen nicht erforderlich.



Foto: zvg

PROF. DR. MED. DENT. HENDRIK MEYER-LÜCKEL

hat den Lehrstuhl für Zahnerhaltung, Präventiv- und Kinderzahnmedizin der Universität Bern seit 1. November 2017 inne und amtiert in dieser Funktion auch als Direktor der gleichnamigen Klinik. Er ist überdies geschäftsführender Direktor der Zahnmedizinischen Kliniken Bern. In der Forschung machte er sich unter anderem als Mitbegründer der mikroinvasiven Kariesinfiltration einen Namen. Mit dieser werden nach der Entfernung von Plättli-Zahnspangen zurückbleibende weissliche Schmelzverfärbungen behandelt.

- «Prophylaxeimpulse» durch die Lehrperson sind in Kindergärten und Schulen mindestens sechsmal jährlich angezeigt, einmal hiervon mit Unterstützung einer Fachperson. Der Schwerpunkt liegt dabei auf zahngesunder Ernährung und der Anleitung und Durchführung des Zähneputzens unter Verwendung einer fluoridierten Zahnpasta.
- Auf die Wichtigkeit der jährlichen Schulzahnarztuntersuchungen sollte ebenfalls dezidiert hingewiesen werden.

Die Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern hat unsere Empfehlungen mit grossem Interesse aufgenommen und wird diese entsprechend an die Städte und Gemeinden weitergeben. Ich bin überzeugt, dass unsere gemeinsamen Anstrengungen, und hier sind die Lehrerinnen und Lehrer vor Ort die wichtigsten Akteure, helfen werden, die Zahngesundheit unserer Kinder auch zukünftig auf dem erreichten guten Niveau halten zu können.

Erziehungsberatung

«WIR SCHAUEN SEHR GENAU HIN»

Interview: Tina Uhlmann
Fotos: Pia Neuenschwander

Daniela Bleisch und Kathrin Hersberger sind als Leiterinnen der Erziehungsberatung (EB) Biel am Puls der Familien. In einem offenen Gespräch erzählen sie von ihrer Arbeit rund um die Brennpunkte Ernährung, Schlaf und Medienkonsum.

Sie beide haben für unser Gespräch den Arbeitstitel «Wenn Essen, Trinken und Schlafen zu Konflikten führt» vorgeschlagen. Weshalb das Stichwort Konflikte?

Daniela Bleisch Zu uns kommen Eltern und Kinder vor allem dann, wenn es Konflikte gibt. Das Essen und Trinken oder das Schlafen sind kaum je Themen für sich. Und meist liegen hinter den Schwierigkeiten in diesen Bereichen viel komplexere Probleme.

Kathrin Hersberger Oft beschäftigen wir uns mit Beziehungs- oder Entwicklungsthemen, wenn Kinder sich nicht ganz normativ entwickeln und dann auch auffällig werden – etwa im Zusammenhang mit einem ADS. Bei den Jüngeren gibt es

immer wieder die Situation, dass das Kind zur Essenszeit nicht an den Tisch kommen will und einfach weiterspielt. Unsere Aufgabe ist es dann, diesen Übergang von der einen Situation in die andere gestalten zu helfen. In der Regel hat ein solches Kind auch Mühe, zu Bett zu gehen, also vom Tag in die Nacht zu wechseln. Oder von zu Hause nach draussen.

bleiben wir bei diesem Kind.

Wie gehen Sie vor?

Bleisch Wir schauen sehr genau hin, was in den schwierigen Situationen abläuft, und klären mit den Eltern den Auftrag. Manche stellen sich vor, sie könnten ein einziges Mal zu uns kommen und mit einem Rezept wieder nach Hause gehen – aber es gibt selten Rezepte. Wir müssen uns Zeit neh-

men, bis wir erkennen, was dem Verhalten des Kindes zugrunde liegt...

Hersberger Und Kinder, die eine besondere Entwicklung mitbringen, brauchen noch viel mehr Zeit. Für die Übergänge entwickeln wir Rituale. Das beginnt damit, dass man nicht aus der Küche zum Essen ruft, sondern zum Kind hingeht, um es an den Tisch zu holen. Oder man bindet es vorgängig ins Tischdecken mit ein. Vielleicht gibt es noch ein klangliches Signal, einen bestimmten Ton, es kommt ganz drauf an, was das Kind braucht.

Bleisch Manchmal sind die Erwartungen der Eltern zu hoch. Dann klären wir psychoedukativ auf und erklären, dass ein drei- oder vierjähriges Kind von seiner Entwicklung her noch gar nicht eine ganze Stunde am Tisch sitzen kann.

Sind die Eltern denn bereit, ihre Erwartungen und Gewohnheiten zu verändern?

Hersberger Ja, der Leidensdruck ist meistens schon recht gross, wenn sie zu uns kommen.

Mit welchen Themen sind Sie bei etwas älteren Schulkindern konfrontiert?

Bleisch Ein wichtiger Schritt Richtung Selbstständigkeit ist es, auswärts zu übernachten. Schläft ein Kind im Grundschulalter noch bei den Eltern, weiss es selbst, dass dies nicht mehr normativ ist. Dann kommen die ersten Schullager, und ein enormer Druck entsteht. Das Kind hat Angst, sein Gesicht zu verlieren, möchte es bis zum Lager schaffen, allein zu schla-

DIE CO-STELLENLEITERINNEN DER EB BIEL

Lic. phil. Daniela Bleisch Papini (51) ist Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie sowie für Psychotherapie. Bei der EB Biel ist sie als Co-Stellenleiterin tätig, zudem führt sie auch den Bereich Ausbildung. Sie hat zwei Kinder im Teenageralter und lebt in Bern. Daniela Bleisch kocht sehr gerne und duldet dabei niemand anderen in der Küche.

Dr. phil. Kathrin Hersberger Roos (51) ist Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie sowie für Psychotherapie, zudem diplomierte Erziehungsberaterin-Schulpsychologin. Bei der EB Biel ist sie als Co-Stellenleiterin tätig. Sie hat zwei Kinder im Teenageralter und lebt in Bern. Kathrin Hersberger weiss das Schlafen zu geniessen.

Ab 1. Januar 2024 übernehmen sie gemeinsam die Abteilungsleitung der Erziehungsberatung.



Die Leiterinnen der EB Biel, Daniela Bleisch und Kathrin Hersberger, berichten in einem offenen Gespräch von den Herausforderungen rund um die Themen Ernährung, Schlaf und Medienkonsum.

fen, aber dermassen unter Druck geht es dann meist nicht.

Gibt es bei Kindern Schlafstörungen?

Hersberger Gibt es, ja, sowohl Einschlaf- wie auch Durchschlafstörungen. Ersteres ist häufiger. Wir schauen, was da vor dem Zubettgehen passiert, wie lange abends noch Medien genutzt werden. Wir fragen, ob die Kinder müde genug sind, wenn sie ins Bett sollen, ob sie genug Bewegung hatten. Wir prüfen auch, ob die Schlafenszeit noch altersgerecht ist – acht Uhr ist irgendwann einfach zu früh. Wenn aber das Durchschlafen auffällig wird, was seltener geschieht, dann ist es gravierender, und wir schauen noch genauer hin.

Warum sind Durchschlafprobleme gravierender?

Hersberger Weil man sie vor allem im Zusammenhang mit psychischen Belastungen kennt.

Bleisch Wenn Kinder einmal schlafen, dann schlafen sie in der Regel durch. Können sie das nicht, ist es oft ein Hinweis auf familiäre oder soziale Belastungen, zum Beispiel Stress in der Schule, Angst, etwas nicht zu schaffen.

Hersberger Was wir immer ansprechen, ist die Schlafhygiene. Dazu gehören regelmässige Bettzeiten und eine Stunde Medienabstinenz vor dem Schlafen. Jugendlichen empfehlen wir, ihre Bildschirme in den Nachtmodus zu setzen und keine Cola mehr zu trinken. Manchmal zeigen wir ihnen auch Entspannungstechniken, die beim Einschlafen helfen können.

Mit welchen Problemen gelangen Teenager an Sie?

Hersberger Müdigkeit ist bei dieser Altersgruppe ein grosses Thema, gepaart mit Konzentrationsschwierigkeiten. Wir versuchen, herauszufinden, ob dem eine psychische Belastung zugrunde liegt oder Erschöpfung, weil der Schlaf-wach-Rhythmus nicht eingehalten wird. Manchmal ist es auch sinnvoll, eine medizinische Fachstelle beizuziehen, um somatische Ursachen auszuschliessen.

Bleisch Ein ausgeprägtes Schlafbedürfnis ist ja ein bisschen typisch für die intensive pubertäre Entwicklungsphase. Es gibt Jugendliche, die fast nicht mehr aus dem Bett kommen, keine Energie haben, einfach nur dem Nichtstun frönen möchten. Das muss nicht immer alarmierend sein, aber die Abgrenzung zu einer depressiven Verstimmung ist in solchen Fällen wichtig – und nicht immer einfach.

Melden sich eher die Jugendlichen bei Ihnen oder die besorgten Eltern?

Bleisch Beides. Manchmal kommen auch nur die Eltern, weil die Jugendlichen sich weigern mitzukommen. Es gibt aber auch solche, die von sich aus einen Termin verlangen.

Hersberger Oft melden sich auch die Schulen, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten fallen da natürlich auf.

Die Konzentrationsschwierigkeiten junger Menschen sollen stark zugenommen haben. Stimmt das?

Bleisch Fakt ist, dass man heute mehr weiss über entwicklungsbedingte Schwie-

rigkeiten, es gibt allgemein eine höhere Sensibilität dafür, auch deshalb ist öfter die Rede davon. Aber wenn man beispielsweise aktuelle Filme anschaut, dann fällt auf, dass sie in viel kürzerem Rhythmus geschnitten sind als zu unserer Jugendzeit. Man ist heute daran gewöhnt, sehr schnell mit Bildern berieselt zu werden, permanent Abwechslung zu haben. Wer mit solchen Medien aufgewachsen ist, hat Mühe, länger an etwas dranzubleiben, ruhig und vertiefend zu arbeiten, geduldig zu sein.

Hersberger Die Schule verlangt aber genau das. Schule ist nicht so prickelnd, da bekommt man nicht immer sofort eine Belohnung wie beim Gamen. Das Next Level muss man sich erarbeiten.

Bleisch Viel Leid entsteht bei den Jugendlichen im Zusammenhang mit sozialen Medien. Auch hier ist das Tempo hoch – man ist sehr schnell ausgeschlossen, oder man wird blossgestellt, und in kürzester Zeit haben es alle mitbekommen. Das führt zu grossen Verunsicherungen und Verletzungen. In den Schulen ist es fast unmöglich, schnell genug und richtig zu reagieren. Wann ist das Problem Sache der Schule, wann müssen die Eltern benachrichtigt werden, wann die Polizei?

Hersberger Ja, Medien, insbesondere soziale Medien sind im Bereich Erziehung aktuell eine der grössten Herausforderungen, auch in den Familien. Es geht heute nicht mehr darum, Zeitfenster für den Medienkonsum zu bestimmen, sondern Zeit ohne Medien.



1



2



3



4

BKD-Anlass

1 Katrin Müller, CEO von BeLEARN, diskutierte mit den Gästen des BKD-Anlasses die mögliche Zukunft von BeLEARN.

2 Christopher Keller (zweite Person von links) bot den Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Digitalisierungsanlasses der BKD einen Einblick ins «BeLEARN VR»-Projekt der EHB.

3 Am Vernetzungspéro tauschten sich Personen aus der Forschung und der Praxis rege untereinander aus.

Hub-Einweihung

4 Forschende sowie Vertreterinnen und Vertreter von Start-ups erarbeiteten gemeinsam neue mögliche Projekte.

5 Das Infinadeck, das neuerdings im BeLEARN-Hub steht, wurde an der Hub-Einweihung zum ersten Mal vorgeführt.

6 «Hampe» Wyss leitete den Kreativworkshop an der Hub-Einweihung.



5



6

Bildung und Digitalisierung

EINWEIHUNG DES KOMPETENZZENTRUMS BELEARN

Dr. Katrin Müller, Nina Liechti
Fotos: Severine Renggli,
Sarina Grädel

BeLEARN ist das neue, vom Kanton Bern initiierte Kompetenzzentrum für Digitalisierung in der Bildung. Ende August fand nun ein halbes Jahr nach dem Einzug die Einweihung des BeLEARN-Hubs statt.

Im BeLEARN-Hub war viel los im Spätsommer. Das Kompetenzzentrum für Digitalisierung in der Bildung, das vom Kanton Bern initiiert wurde, feierte im Rahmen der Einweihung den Umzug in den definitiven Hub im Zentrum von Bern. Ausserdem war die Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern für ihren Digitalisierungsanlass zu Besuch und durfte einen Nachmittag in die Welt der BeLEARN-Community eintauchen.

Einweihung vom neuen BeLEARN-Hub

Am 30. August herrscht eine feierliche Stimmung im BeLEARN-Hub. Etwas mehr als ein halbes Jahr nach dem Einzug in den neuen Hub in Bern soll dieser nun endlich eingeweiht werden. Mit seiner unmittelbaren Nähe zum Hauptbahnhof und zum Stadtzentrum hat sich der Hub in den letzten Monaten als Herzstück von BeLEARN herauskristallisiert. Täglich gehen hier Forscherinnen und Forscher, Angehörige von Start-ups in den Bereichen Digital Skills, Digital Tools und Data Science for Education sowie die Mitarbeitenden der Geschäftsstelle ein und aus, arbeiten, diskutieren und kollaborieren in gemeinsamen Räumlichkeiten. Zusammen machen sie den Hub mit seinem Focus Space, dem Collaboration Space und den Meeting Rooms zu dem, was er ist: ein Kompetenzzentrum für die Digitalisierung in der Bildung und ein Ort, wo Forschung auf Praxis trifft und ein gegenseitiger Austausch entsteht. Das Ökosystem BeLEARN konnte nur zum Leben erweckt werden dank den Forschenden und ihren Projekten, dank den Start-ups und ihren Produkten und dank der unterstützenden Geschäftsstelle und ihren Praxisprojekten. Um dies wertzuschätzen, zu feiern und den neuen Hub zu zelebrieren, waren alle Beteiligten des Ökosystems BeLEARN herzlich zur Hub-Einweihung eingeladen.

Der Abend startete mit einem Rückblick in die Vergangenheit von BeLEARN. Der Präsident von BeLEARN, Prof. Dr. Fritz Sager, bedankte sich bei allen Beteiligten für den Aufbau und die

Umsetzung des innovativen und mittlerweile etablierten Ökosystems BeLEARN. Dr. Katrin Müller, CEO von BeLEARN, berichtete von der bereichernden und durchaus auch herausfordernden Aufbau- und Gründungsphase. Diese wurde 2021 mit der Gründung des Vereins BeLEARN mit den fünf Hochschulen Universität Bern, Pädagogische Hochschule Bern (PHBern), Berner Fachhochschule (BFH), Eidgenössische Hochschule für Berufsbildung (EHB) und Eidgenössische Technische Hochschule Lausanne (EPFL) als Trägern abgeschlossen. Unterdessen gehören auch die assoziierten Partner Fernfachhochschule Schweiz (FFHS), Swiss EdTech Collider und Institut für Bildungswissenschaften der Universität Basel dem aktiven BeLEARN-Netzwerk an. Auch das Jetzt von BeLEARN wurde an der Einweihungsfeier thematisiert: Die Gäste erhielten einen Einblick in die breite Palette an über 40 Forschungs- und Praxisprojekten von BeLEARN und wurden über die verschiedenen etablierten Eventformate informiert. Diese gestalten sie auch regelmässig selbst mit, indem sie zum Beispiel an einem «Project Lunch» ihre Projekte oder Produktideen vorstellen und in einem Peer-to-Peer-Setting Feedback erhalten oder im Rahmen eines «Edupreneur Talk» den Aufbau ihrer Start-ups und dabei erlebte (Miss-)Erfolgsmomente präsentieren. Zudem wurden die Mitarbeitenden der Geschäftsstelle und ihre Aufgaben vorgestellt. Schliesslich widmete sich der Abend der Zukunft von BeLEARN. Wie wird sich BeLEARN mit seinen translationalen Projekten im Rahmen einer Public-private-Partnership weiterentwickeln? Was sind die nächsten Meilensteine? Ganz im Namen der Translation, also der Brücken von der Forschung in die Praxis wie auch von der Praxis in die Forschung, haben die Teilnehmenden in einem Kreativworkshop mögliche zukünftige Projekte und Ideen für Produkte erarbeitet. Dafür erhielten sie Unterstützung von Hans Peter «Hampe» Wyss von Creaholic, der die Gruppe dazu animierte, out of the box zu denken und ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen. In drei verschie- ▶

KOMPETENZZENTRUM FÜR DIGITALISIERUNG

BeLEARN ist das neue, vom Kanton Bern initiierte Kompetenzzentrum für Digitalisierung in der Bildung. Die fünf Gründerhochschulen (Universität Bern, PHBern, BFH, EHB und EPFL) sowie assoziierte Partner (FFHS, Institut für Bildungswissenschaften der Universität Basel und EdTech Collider) forschen und entwickeln gemeinsam in den Bereichen Digital Skills, Digital Tools und Data Science for Education. Die Forscherinnen und Forscher von BeLEARN übersetzen die Ergebnisse in konkrete Lösungen für die Praxis. Im Hub in Bern arbeiten sie gemeinsam mit den Start-ups und der Geschäftsstelle unter einem Dach. BeLEARN ist Ansprechpartner für Lehrpersonen, Ausbildungsleiter/innen, Schulleiter/innen, Elternteile, Studierende sowie Lernende bei Anliegen zur Digitalisierung in der Bildung. Ausserdem ist BeLEARN stets offen für konkrete und relevante Herausforderungen aus der Praxis, die von der Geschäftsstelle durch konkrete Praxisprojekte angegangen werden. Lehrpersonen, die BeLEARN besuchen, HoloLenses ausprobieren (und allenfalls einen Klassensatz ausleihen), Einblick in die Projekte erhalten, sich zur Digitalisierung in der Bildung austauschen, an Veranstaltungen teilnehmen oder das Infinadeck kennenlernen möchten, sind herzlich willkommen und können sich gerne an info@belearn.swiss wenden. Aktuelle Informationen werden regelmässig via LinkedIn und BeLEARN-Newsletter kommuniziert.

www.belearn.swiss

denen Runden wurden vielfältige Vorhaben entwickelt – so zum Beispiel ein Netzwerk zur Sichtbarmachung von Kompetenzen von Forscherinnen und Forschern, die Kreierung eines Pools an Lehrpersonen und pädagogischen Beraterinnen und Beratern für EdTech-Start-ups in ihrer Gründungsphase oder eine Match-Making-App für die professionelle, niederschwellige Vernetzung von Forschenden.

Auf diesen produktiven Workshop folgte ein nächstes Highlight der Hub-Einweihung: die Enthüllung des Infinadecks. Das omnidirektionale Laufband, das vor allem in der Virtual-Reality-Forschung eingesetzt wird, ist ein Geschenk an die BeLEARN-Community und soll zukünftig Forscherinnen und Forschern und weiteren Interessierten für diverse Projekte zur Verfügung stehen. An der Einweihungsfeier erhielten die anwesenden Gäste bereits eine erste Demonstration des Laufbandes durch eines der VR-Forschungsteams von BeLEARN. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Feier liessen den Abend schliesslich mit leckerem äthiopischem Essen und guter Musik ausklingen. Der gemeinsame Anlass hat aufgezeigt, wie wichtig der interdisziplinäre und hochschulübergreifende Austausch zwischen den Forschungsteams, den Start-ups und auch der Geschäftsstelle ist und wie produktiv er sein kann.

Digitalisierungsanlass der BKD

Während die Hub-Einweihung die BeLEARN-interne Vernetzung angekurbelt hat, stand gut zwei Wochen vorher der Austausch mit Vertreterinnen und Vertretern aus der Praxis im Vordergrund. Am 16. August war die Bildungs- und Kulturdirektion (BKD) des Kantons Bern mit ihren Gästen aus verschiedenen Bereichen der Bildung im Kanton für ihren Digitalisierungsanlass im BeLEARN-

Hub zu Besuch. Viele der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sahen den neuen Hub zum ersten Mal. Deshalb wurde ihnen dieser von BeLEARN im Rahmen eines interaktiven Parcours vorgestellt. In acht verschiedenen Workshops, von denen die einzelnen Gruppen jeweils vier besuchten, stellten Forschende und Projektleiterinnen und Projektleiter ihre Forschungs- und Praxisprojekte vor. Dabei waren alle Gründerhochschulen mit mindestens einem Projekt vertreten. Die Gäste erhielten zum Beispiel anhand des «BeLEARN VR»-Projekts der EHB einen Einblick in die VR-Forschung in der Berufsbildung. Die Präsentation des Forschungsprojekts «DigiPrim» der Universität Bern zeigte ihnen ausserdem den Stand der Digitalisierung in Schweizer Primarschulen auf, und die Vorstellung des Lernroboters «Thymio» brachte den Teilnehmenden des Digitalisierungsanlasses die Robotik und die Förderung des Computational Thinking in der Bildung näher. Auch die BeLEARN-Geschäftsstelle bot einen Überblick über die Zukunft von BeLEARN und eruierte zusammen mit den Workshopteilnehmerinnen und -teilnehmern sowohl Herausforderungen in der Bildungspraxis wie auch mögliche Lösungen, die BeLEARN für genau diese Schwierigkeiten anbieten könnte. Schliesslich konnten sich die anwesenden Gäste in der Start-up-Galerie über einige EdTech-Start-ups und deren Produkte informieren.

Der Digitalisierungsanlass war nicht nur für die Besucherinnen und Besucher lehrreich. Auch die Forschenden sowie die Geschäftsstelle konnten vom Austausch mit der Praxis profitieren: Sie hatten die Möglichkeit, ihre Projekte mit Vertreterinnen und Vertretern der Bildungspraxis und -verwaltung zu spiegeln und so direktes Feedback zu ihren Forschungsdesigns, dem Nutzen für die Praxis und ihren offenen Fragen zu erhalten. Dies unterstützt wiederum die Translation als Kernziel von BeLEARN. Die zentrale Verbindung zwischen der Praxis und der Forschung muss von den Projektteams von BeLEARN immer von Anfang an mitgedacht werden, damit ihre Projekte überhaupt finanziert werden. Produktive, wenn auch kritische Rückmeldungen vonseiten der Praxis, wie sie die Forschenden am Digitalisierungsanlass Mitte August einholen konnten, sind hierfür essenziell. Damit ein solcher Austausch weiterhin gefördert werden kann, soll das Netzwerk von BeLEARN weiterwachsen und der Kontakt zwischen Forscherinnen und Forschern, Start-ups und der Bildungspraxis durch gezielte Anlässe im BeLEARN-Hub weiter gestärkt werden. Dadurch können Synergien zwischen den verschiedenen Akteurinnen und Akteuren gefunden und effizient genutzt werden und so das Lehren und Lernen von morgen erfolgreich gestaltet werden.

WEITERFÜHRENDE LINKS

- BeLEARN-Website: www.belearn.swiss
- Imagefilm: <https://youtu.be/uivRu2GEOq4>
- Newsletter: <http://eepurl.com/hENfe9>
- LinkedIn: www.linkedin.com/company/belearnswiss
- Weiterführende Literatur: Krakenberger, E., Müller, K., & Sager, F. (2023). BeLEARN: Erkenntnisse aus dem Aufbau einer neuen Struktur für Digitalisierung und Bildung. *Zeitschrift für Hochschulentwicklung*, 18(2), 231–245. <https://doi.org/10.3217/zfhe-18-02/12>

Kommunikation *Mensch zu Mensch*

Rund 300 Spezialistinnen und
Spezialisten arbeiten bei Stämpfli
täglich an Ihrem Kommunikationserfolg.

Ganzheitlich, fokussiert und
umsetzungsstark.



staempfli.com



Stämpfli
Kommunikation

Filière bilingue ECG

L'ÉCOLE DE CULTURE GÉNÉRALE ROULE MAINTENANT EN MODE BILINGUE

Salomé Di Nuccio

Lorsqu'on prévoit d'œuvrer à une échelle sociale, la maîtrise de deux langues ou plus se révèle, il est vrai, un atout précieux, et cela d'autant plus dans des régions bilingues telles que le Seeland, dont fait partie la ville de Bienne.

« Si l'on s'oriente vers des métiers à caractère social, pédagogique ou paramédical, s'intéresser aux gens est indispensable. Dès lors qu'on s'expose à une autre culture en étudiant ces métiers en mode bilingue, cette ouverture vers les autres est exacerbée. Elle gagne en dimension. » Directeur de l'École de culture générale (ECG) au Gymnase de Bienne et du Jura bernois (GBJB), Mathieu Arousseau avance un argument imparable concernant la nouvelle filière de la formation précitée, qui a marqué la rentrée du mois d'août dernier.

Lorsqu'on prévoit d'œuvrer à une échelle sociale, la maîtrise de deux langues ou plus se révèle, il est vrai, un atout précieux, et cela d'autant plus dans des régions bilingues telles que le Seeland, dont fait partie la ville de Bienne. Proposée jusqu'en 2022 dans la ville de Moutier, qui est destinée à rejoindre la République et Canton du Jura à partir de 2026, l'ECG francophone se développe désormais de manière pertinente sur le site biennois du GBJB, où elle côtoie depuis le mois d'août 2022 la formation gymnasiale, l'École supérieure de commerce et la passerelle Berne et Jura, qui permet l'accès aux universités et aux hautes écoles spécialisées. Pour l'ECG, ce récent changement a également contribué à un rapprochement avec la Fachmittelschule (FMS), l'ECG germanophone liée au Gymnasium Biel-Seeland (GBSL) avec qui le projet de classes ECG-FMS bilingues a été mené.

Douze élèves : l'idéal

Pour accueillir la jeune volée de l'ECG qui a débuté en 2023, quatre classes occupent maintenant les bâtiments du lycée. En comparaison des trois classes monolingues francophones en première année d'ECG, qui rassemblent chacune entre 22 et 24 élèves, l'effectif bilingue en accueille 12 au total, qui ont suivi l'école obligatoire en allemand, en français ou dans une filière secondaire bilingue. Un chiffre qui satisfait pleinement les directions des deux écoles partenaires. « Nous sommes très contents, car ce nombre suffit pour pouvoir former un vrai groupe auquel on pourra réellement accorder le temps nécessaire. »

Elisa, 16 ans, est l'une des élèves de cette nouvelle classe ouverte à toutes et à tous, dont la voile et les enjeux seront présentés dorénavant dans les écoles secondaires de la région. « Étant donné que je suis déjà pas mal à l'aise en français, j'ai pensé que ce serait une bonne opportunité de le perfectionner. » Attirée par le travail social, l'adolescente a été d'emblée encouragée par ses parents, actifs respectivement dans les milieux culturel et éducatif. « Ils sont tous deux plus ou moins bilingues, et cela leur a rendu bien service dans leur vie professionnelle. » Au près d'elle et de ses camarades, neuf professeures et professeurs du GBJB enseignent sept branches uniquement dans la langue de Molière. Il s'agit des mathématiques, de la chimie, de l'informatique, de l'histoire, de la psychologie, du sport et du théâtre. La physique, la biologie, l'économie et droit, la géographie, l'anglais, les arts visuels et la musique se déroulent dans la langue de Goethe sous la conduite de neuf enseignantes et enseignants du GBSL. « Pour la prochaine volée, qui commencera en août 2024, ce sera l'inverse », précise alors le directeur. « Les mathématiques seront dispensées en allemand, par exemple, et la physique en français. La classe sera rattachée à la FMS Biel-Seeland, car c'est une filière menée par les deux écoles. » Les cours d'allemand et de français, en revanche, sont adaptés en fonction de la langue maternelle de l'étudiante ou de l'étudiant, ou de celle qu'elle ou il a choisie comme langue de base pour ses études. « Ma collègue de la FMS Biel-Seeland et moi sommes convaincus que ce modèle d'intégration-immersion, qui a fait ses preuves dans la formation gymnasiale depuis des années, permet d'offrir une formation bilingue avec une réelle plus-value », ajoute Mathieu Arousseau.

Leçons d'appui

Aux 35 leçons hebdomadaires s'ajoutent quatre heures d'appui dans huit branches. « Lorsqu'on est francophone, entrer dans un cours comme celui de la biologie en allemand n'est pas facile », admet Mathieu Arousseau. « Pour les enseignantes et



Directeur
Mathieu Arousseau.



Elisa, élève de la classe bilingue ECG-FMS.



Filière bilingue ECG.
Photos : mà

enseignants concernés, cela permet d'avoir une leçon supplémentaire tous les 15 jours, de sorte à s'assurer que les élèves ont bien compris les contenus.» Parmi les huit jeunes inscrits en tant que germanophones, Elisa doit certes s'armer de volonté et s'accrocher. Or, elle sait pertinemment, qu'au bout de trois ans, un solide bagage découlera de ses efforts. «Je pense avoir fait un bon choix, jusqu'à présent. Les profs nous soutiennent beaucoup. Ils sont à l'écoute en cas de problème et n'hésitent pas à prendre du temps pour approfondir une explication.»

L'ECG en quelques lignes

Au degré secondaire II, dans le canton de Berne, l'ECG est l'équivalent francophone de la Fachmittelschule (FMS) germanophone. Sa formation en trois ans, à laquelle s'ajoute une quatrième année de maturité spécialisée, s'articule autour de trois axes : la santé, la pédagogie et le travail social. Trois orientations bien distinctes, mais ayant pour tronc commun la vocation sociale de l'apprenante ou de l'apprenant.

Depuis 2021, à la suite de la réforme fédérale du plan d'études, un nouveau modèle propose une spécialisation progressive : sur une base importante de culture générale, tous les élèves suivent en première année un même programme, voué à comporter, dès la 2^e année, des introductions plus spécifiques à chacun des trois domaines. Ils toucheront par conséquent à la biologie humaine, à la sociologie et à la psychologie du développement. «Cela permet à chacune et à chacun d'avoir trois aperçus de niveau académique, en confortant ainsi le choix des uns, tout en aidant les autres à faire le leur», soutient Mathieu Arousseau, notant qu'une série de stages de découverte et d'approfondissement est notamment prévue au fur et à mesure de l'avancement dans la formation. À l'entrée en 3^e année, l'élève s'engage alors dans un domaine professionnel bien précis, qui débouchera sur un certificat d'ECG, à l'issue duquel elle ou il pourra réaliser une maturité spécialisée dans le même domaine ou intégrer une école supérieure (ES). La maturité spécialisée

donne accès aux hautes écoles spécialisées (HES) dans le même domaine. Certaines ou certains deviendront par la suite éducatrice spécialisée ou éducateur spécialisé, enseignante ou enseignant en école primaire, ou encore infirmière, infirmier ou physiothérapeute. La liste des débouchés est longue.

ZUSAMMENFASSUNG: ZWEISPRACHIGER FACHMITTEL- SCHULBILDUNGSGANG DEUTSCH-FRANZÖSISCH

Der zweisprachige Fachmittelschulbildungsgang Deutsch-Französisch wird seit Sommer 2023 von den beiden Fachmittelschulen in Biel, der FMS Biel-Seeland sowie der ECG de Bienne et du Jura bernois angeboten. Das Modell sucht seinesgleichen: Die Klassen sind gemischt, bestehend aus deutsch- und französischsprachigen Schülerinnen und Schülern; die Lehrpersonen unterrichten in ihrer Muttersprache in Deutsch bzw. Französisch. Mit dieser Unterrichtsform erlangen die Schülerinnen und Schüler eine intensive Ausbildung in beiden Sprachen, die sie optimal auf ein späteres (zweisprachiges) Studium sowie die Berufstätigkeit in beiden Sprachregionen vorbereitet.

Zweisprachiger FMS-Bildungsgang:
www.be.ch/fms-zweisprachig
www.be.ch/ecg-bilingue

Fachmittelschule Biel-Seeland:
www.gbsl.ch/fms/zweisprachige-ausbildung-fms

ECG de Bienne et du Jura bernois:
gjbj.ch/ecg-formation-bilingue

Laufbahngestaltung

EIN GESCHENK FÜRS LEBEN

Karin Hänni

Laufbahngestaltung ist ein lebenslanger Prozess. Die Ausbildung der dazugehörigen Kompetenzen beginnt darum im besten Fall bereits im Kindergarten. Ein Gespräch mit Daniel Reumiller, Leiter BIZ Kanton Bern und Präsident SK BSLB, sowie Prof. Dr. Andreas Hirschi, Leiter Abteilung Arbeits- und Organisationspsychologie an der Universität Bern.

Laufbahngestaltungskompetenzen (LGK) – ein sperriger Begriff, verbunden mit einer einfachen Frage: Über welche Kompetenzen muss ein Mensch verfügen, um die eigene Laufbahn in jedem Lebensabschnitt aktiv und selbstbestimmt zu gestalten? Im Auftrag der Schweizerischen Konferenz der Leiterinnen und Leiter der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (SK BSLB) beschäftigen sich derzeit zwei Teams der Universitäten Bern und Lausanne mit möglichen Antworten. Hand in Hand mit verschiedenen Partner/innen untersuchen sie, welche Kompetenzen in welchem Lebensabschnitt vonnöten sind, und öffnen das Feld dabei vom Kindergarten bis über die Pensionierung hinaus. Am Schluss des Projektes sollen eine Übersicht über die LGK sowie erste Ideen stehen, wie ebendiese in den verschiedenen Bereichen des Lebens verankert werden können.

Übungssache

Dass möglichst früh damit begonnen werden sollte, daran besteht für SK-BSLB-Präsident Daniel Reumiller und Prof. Andreas Hirschi bereits heute kein Zweifel. «Viele Eigenschaften und Fähigkeiten, die im späteren Leben wichtig werden, bilden sich schon in der Kindheit aus», so Hirschi, der den Berner Teil des Projektes LGK leitet. «Ansichten über die Arbeitswelt beispielsweise oder darüber, welcher Beruf für wen geeignet ist. Gleiches gilt für die Fähigkeit zur Selbstreflexion, die in der Auseinandersetzung mit der eigenen Laufbahn einer der Schlüssel zum Erfolg ist.» Wie in

vielen anderen Belangen macht auch hier Übung die Meisterin. «Je früher wir Laufbahnkompetenzen ausbilden, desto einfacher lassen sie sich in den entscheidenden Momenten abrufen und anwenden. Weil sie dann bereits gefestigt sind.» Daniel Reumiller nennt diesbezüglich Skandinavien als vorbildliches Beispiel. Nicht nur, dass LGK dort ganz bewusst ab Kindergarten Teil des Lehrplans sind. Es müssen zudem zwingend Bezüge hergestellt werden, also etwa ein Bauer oder eine Bäckerin zugezogen oder besucht werden, wenn von deren Berufen erzählt wird. Neugierde wecken durch Veranschaulichung quasi. Ein Weg, den er sich auch für die Schweiz vorstellen könnte. Im weiteren Schulverlauf stehen das Kennenlernen und Ausloten der eigenen Persönlichkeit im Vordergrund: Wer bin ich, was will ich, was kann ich gut,

SYNTHÈSE: PLANIFICATION DE CARRIÈRE – LE PROCESSUS D'UNE VIE

De quelles compétences doit-on disposer pour planifier sa carrière activement et en toute autonomie, à chaque phase de sa vie? C'est la question qu'englobe le terme «compétences en matière de planification de carrière». Soucieuse de permettre au plus grand monde possible, jeunes comme moins jeunes, d'acquérir ces compétences, la Conférence suisse de l'orientation professionnelle, universitaire et de carrière (CS OPUC) a mandaté un projet intitulé «Définition des compétences en matière de planification de carrière». Deux équipes, l'une à l'Université de Berne sous la direction d'Andreas Hirschi et l'autre à l'Université de Lausanne, élaborent des réponses possibles à cette question. Si le projet n'est pas encore arrivé à terme, il est déjà clair que l'acquisition des compétences en matière de planification de carrière doit idéalement commencer dès l'école enfantine, afin que celles-ci puissent être consolidées jusqu'au choix du métier et être disponibles à tout moment par la suite. En effet, d'après Daniel Reumiller, président de la CS OPUC: «Pour notre carrière, il faudrait, comme pour notre santé, procéder à des bilans réguliers, même quand tout va bien.» Cela nécessite une capacité d'autoréflexion, qui se développe dès l'enfance.

Daniel Reumiller, Leiter BIZ Kanton Bern und Präsident SK BSLB, und Prof. Andreas Hirschi, Leiter Abteilung Arbeits- und Organisationspsychologie an der Universität Bern. Fotos: zvg



was macht mir Freude? «In der Oberstufe dann gehen die Fragen weit über ‚Wie bewerbe ich mich?‘ hinaus», so Reumiller. Bevor nämlich eine Bewerbung abgeschickt werden kann, muss ein Entscheid getroffen werden. «Auch diese Fähigkeit nimmt ihren Anfang bereits im Kindergarten.»

Ein Grundprinzip, viele Anwendungsbereiche

Im Idealfall bauen die Laufbahnkompetenzen aufeinander auf und lassen sich so auf die jeweilige Lebensphase zuschneiden. Das Grundprinzip sei dabei oft das gleiche, sagt Andreas Hirschi: «Ob mit 14 oder 55 Jahren: Im Fokus stehen immer Gedanken über sich selbst sowie Zielformulierungen und das (Er)kennen von Umsetzungsmöglichkeiten.» Zusammen mit dem Projektteam hat Hirschi darum vier Hauptgruppen von LGK definiert: 1. Durch Selbstreflexion und -erkundung Ziele entwickeln und setzen und entsprechende Verbindungen zur Arbeitswelt herstellen. 2. Ressourcen und Hindernisse erkennen und sich Strategien zur optimalen Nutzung bzw. zur Überwindung überlegen. 3. Konkrete Pläne machen und sie umsetzen, sich also zum Beispiel bewerben, ein Netzwerk aufbauen und es sich zunutze machen, sprich alles, was es braucht, um in die Handlung zu

kommen. 4. Einen Feedbackzyklus etablieren und die Überprüfung des Status quo zu einer regelmässigen Angewohnheit machen. Diesbezüglich vergleicht Daniel Reumiller das Thema Laufbahngestaltung gerne mit dem gesundheitlichen Befinden: «Vorbeugen ist immer besser als heilen. Mit unserer Laufbahn sollten wir es darum wie mit Gesundheitschecks halten und auch dann, wenn alles gut läuft, eine periodische Bestandesaufnahme kultivieren.»

Es gibt keine Männer- und Frauenberufe

Wie wichtig die frühe Förderung von LGK ist, zeigt sich am Genderthema besonders eindrücklich: «Bezüglich Berufswahl hat die Schweiz im Vergleich zu anderen Ländern eine überdurchschnittlich grosse Gender Gap», so Daniel Reumiller. Dies gelte es darum unbedingt schon in jungen Jahren im Blick zu haben, sind er und Andreas Hirschi überzeugt. «Solche Stereotypen entstehen nicht erst mit 14 Jahren. Offene Perspektiven zu schaffen, muss folglich zu unseren Hauptaufgaben gehören. Je früher wir damit beginnen, desto freier werden die Kinder ihr Potenzial dereinst entfalten können.» Zeit also, die Mär von Männer- und Frauenberufen endgültig zu begraben.



Moderatorin Nicoletta Cimmino mit den Gästen (v.l.): Mike Glauser, Tony Zuber, Barbara Gisi und Marco Wölfli.
Foto: zvg

Laufbahn-Canapé

DIE PRAXIS ZUR THEORIE

Ein Abend voller inspirierender und herzerwärmender Geschichten und gleichzeitig perfekter LGK-Anschauungsunterricht – das war das Laufbahn-Canapé auf der La-Capella-Bühne. Stattgefunden hat es im Rahmen der ersten Laufbahnwoche.

Mit 17 die Goalie-Nummer 2 in der ersten Mannschaft des BSC YB: Ob er seine Kinder den gleichen Weg einschlagen lassen würde, wisse er nicht, gesteht Marco Wölfli lachend. Seine Eltern haben es getan, und auch sein Lehrmeister hat ihn immer unterstützt, zuerst mit grosszügigen Trainingszeiten; später, indem er Wölfli mitten in dessen Hochbauzeichner-Lehre hat ziehen lassen. Damit haben sie einer Fussballkarriere den Weg geebnet, die ihresgleichen sucht: 21 Jahre beim gleichen

Klub, in guten wie in schlechten Zeiten und trotz regelmässigen Transferanfragen, elf Länderspiele – und zum Karriereende drei Meistertitel. Beim ersten, lang ersehnten wurde er im entscheidenden Spiel zur prägenden Figur, der dritte dann markierte sein Karriereende. Ein Abgang, zu dem er sich mit 38 Jahren aus freien Stücken und gut vorbereitet entschieden hat. Einerseits sei er ein Sicherheitsmensch, andererseits habe er eine Familie und damit Verantwortung, sagt Wölfli. Mit seinem

heutigen Geschäftspartner hat er sich darum schon zu YB-Zeiten zusammengetan und mit dem Immobiliengeschäft den Hochbauzeichner- und Architektur-Faden wieder aufgenommen. Heute kümmert er sich mit viel Verve und Vergnügen um Verkauf und Vermarktung von rund 2500 Immobilienobjekten und knüpft damit sowohl netzwerk- als auch vermarktungstechnisch nahtlos an seine Zeit bei YB an.

Studium statt Kleingewerbe

Barbara Gisis Berufsweg hingegen begann mit einem Kraftakt: Als Tochter überzeugter Gewerbeleute hätte sie eigentlich das Eisenwarengeschäft ihrer Eltern übernehmen sollen. Sie aber wollte aufs Gymnasium und dann studieren. Der Widerstand der Eltern habe sie eher angestachelt als abgehalten, sagt sie, aber auch auf sich alleine gestellt. Ihr Jusstudium ab- ▶

solvierte sie darum als Werkstudentin und verdiente sich die Studiengebühren in verschiedensten Nebenjobs zusammen: Von Detailhandel über Marketingumfragen an Tankstellen bis zu Stellvertretungen am Progymnasium war alles dabei. Zuweilen harte, aber sehr lehrreiche Jahre, so Barbara Gisi, und im Rückblick die perfekte Vorbereitung auf ihre Zeit nach der Uni. Auch hier nahm sie stets verschiedene Perspektiven ein und war in unterschiedlichsten Branchen tätig, etwa im Gesundheitswesen und im Tourismussektor, bevor sie schliesslich zur Leiterin des Mittelschul- und Berufsbildungsamts des Kantons Bern wurde. Hauptsache offene Scheuklappen, lautet ihr Credo bis heute. Umorientiert hat sie sich immer dann, wenn die Arbeit repetitiv wurde und die Gedanken währenddessen zur Fasnacht oder auf Weltreise schweiften. Letzteres sei immer ein Traum von ihr gewesen, sagt sie zum Abschluss. Nun sei sie aber zu alt dafür. Ob dem tatsächlich so ist?

Aus dem Management in die Entwicklungshilfe

Umso weiter gereist ist Tony Zuber, zuerst als junger Schnösel – eine Bezeichnung, die er sich selbst zuschreibt –, heute als Entwicklungshelfer. Aber der Reihe nach: Nach dem Gymnasium, das er primär seiner Freunde wegen besuchte, und der Uni war er acht Jahre lang bei der Axpo tätig

und entschied als knapp 30-Jähriger unter anderem über die Karrieren von Familienvätern. Eine Hierarchie, die ihm alsbald zu denken gab. Ungleichgewicht habe ihn schon immer bewegt, so der Engadiner. So kam nach dem Kennenlernen einer schwedischen Entwicklungshelferin eines zum anderen, und plötzlich standen sich zwei Angebote gegenüber: entweder eine noch prestigeträchtigere Funktion in einem noch grösseren Konzern oder ein Hilfsprojekt in Kolumbien. Obwohl die mit grosser Kelle angerührte Vermählung kurz vorher platzte, entschied er sich für Kolumbien. Acht Jahre und eine glücklichere Hochzeit später ging es zurück in die Schweiz, weil seine Frau aus Genf ein Studienangebot erhielt. Er landete derweil via Onlinerecherche bei der DEZA, wo er heute die Einsätze des Schweizer Corps für humanitäre Hilfe koordiniert. Allerdings nicht mehr lange, denn: Anfang 2024 kehren Zuber nach Kolumbien zurück, zumindest für den Moment. Längerfristig stehe Tony Zuber der Sinn nach Risiko und Einsätzen an härteren Orten, so sein Schlusswort. Fortsetzung folgt, so viel ist sicher.

Wo Erfolg elastisch ist

Risiken ist auch Mike Glauser einige eingegangen auf seinem Ausbildungsweg. In Legasthenie und ADHS nach eigenen Worten supertalentierte und in der Schule öfter mal abwesend, weil zu Hause in der

Käserei jemand ausgefallen war, wusste er sich früh Strategien zurechtzulegen. Diktate etwa lernte er immer auswendig und war meist schon fertig, bevor die Lehrperson zu Ende diktiert hatte. Zuhören und gleichzeitig aufschreiben, das wäre für ihn ein Ding der Unmöglichkeit gewesen. An der Agrarhochschule dann überliess er die Schreibearbeit anderen und übernahm bei Gruppenarbeiten stattdessen die Präsentationen, Semesterarbeiten wiederum behandelte er stiefmütterlich. Lieber ging er in dieser Zeit den weltweiten Markenschutz für die weit über die Landesgrenzen hinaus bekannte Belper Knolle an. Prioritäten setzen, das hat Mike Glauser von seinen Eltern gelernt, und so geht er an der Seite von Geschäftspartner Jürg Wyss mit Jumi unbeirrt seinen ganz eigenen Weg. Ihr Geschäft sei elastisch, sagt er: Laufe es gut, gebe es für alle etwas mehr, laufe es weniger gut, stehe man einfach ein bisschen enger zusammen, so, dass es immer noch für alle reiche. Eine Erfolgsdefinition, die er dereinst auch seinen Töchtern mit auf den Weg geben will, ganz egal, für welchen sie sich entscheiden.



Wer die Geschichten in voller Länge und Grossartigkeit hören möchte, findet hier den Podcast dazu.

IMPRESSUM

Redaktion/Herausgeberin Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern, Sulgeneckstrasse 70, 3005 Bern, +41 31 633 85 11, e-ducation.bkd@be.ch, www.be.ch/e-ducation. Yves Brechbühler, Iris Frey, Rudolf Lanz, Anne Cugni, Christoph Schelhammer. Redaktion PHBern-Teil: Sandra Liechti, sandra.liechti@phbern.ch. Die Redaktion weist darauf hin, dass sich die Meinung von externen Gesprächspartnern und Autorinnen nicht in jedem Falle mit derjenigen der Redaktion oder der Bildungs- und Kulturdirektion decken muss. EDUCATION Amtliches Schulblatt erscheint jährlich viermal. Beglaubigte Auflage: 22000 Exemplare. Fotos und Cartoons sind urheberrechtlich geschützt. **Übersetzungen** Übersetzungsdienst der Bildungs- und Kulturdirektion. **Gestaltung und Umsetzung** Büro Z GmbH, www.bueroz.ch. **Inseratenverwaltung** Stämpfli Kommunikation, +41 31 300 63 78, mediavermarktung@staempfli.com. **Druck** Stämpfli Kommunikation, www.staempfli.com. **Adressänderungen/Abonnemente** Lehrkräfte im Kanton Bern: Bildungs- und Kulturdirektion, Amt für zentrale Dienste, Abteilung Personaldienstleistungen (zuständige/r Sachbearbeiter/in). Übrige Empfängerinnen und Empfänger: Bildungs- und Kulturdirektion, Amt für zentrale Dienste, +41 31 633 84 38, azd.bkd@be.ch. **Preis** Jahresabonnement 35 Franken. ISSN 1661-2817.

Rédaction/Éditeur Direction de l'instruction publique et de la culture du canton de Berne, Sulgeneckstrasse 70, 3005 Berne, +41 31 633 85 11, e-ducation.bkd@be.ch, www.be.ch/e-ducation. Yves Brechbühler, Iris Frey, Rudolf Lanz, Anne Cugni, Christoph Schelhammer. Rédaction de la partie PHBern: Sandra Liechti, sandra.liechti@phbern.ch. La rédaction tient à souligner que l'opinion exprimée par des auteurs et auteurs externes n'est pas nécessairement partagée par la rédaction ou la Direction de l'instruction publique et de la culture. EDUCATION Feuille officielle scolaire paraît quatre fois par an. Tirage certifié: 22000 exemplaires. Tous droits réservés pour les photos et les dessins. **Traductions** Service de traduction de la Direction de l'instruction publique et de la culture. **Conception graphique et réalisation** Büro Z GmbH, www.bueroz.ch. **Gestion des encarts publicitaires** Stämpfli Communication, +41 31 300 63 78, mediavermarktung@staempfli.com. **Impression** Stämpfli Communication, www.staempfli.com. **Changement d'adresse/abonnements** Corps enseignant du canton de Berne: Direction de l'instruction publique et de la culture, Office des services centralisés, Section du personnel (collaborateur/trice compétent-e). Autres destinataires: Direction de l'instruction publique et de la culture, Office des services centralisés, +41 31 633 84 38, azd.bkd@be.ch. **Prix de l'abonnement annuel** 35 francs. ISSN: 1661-2817.



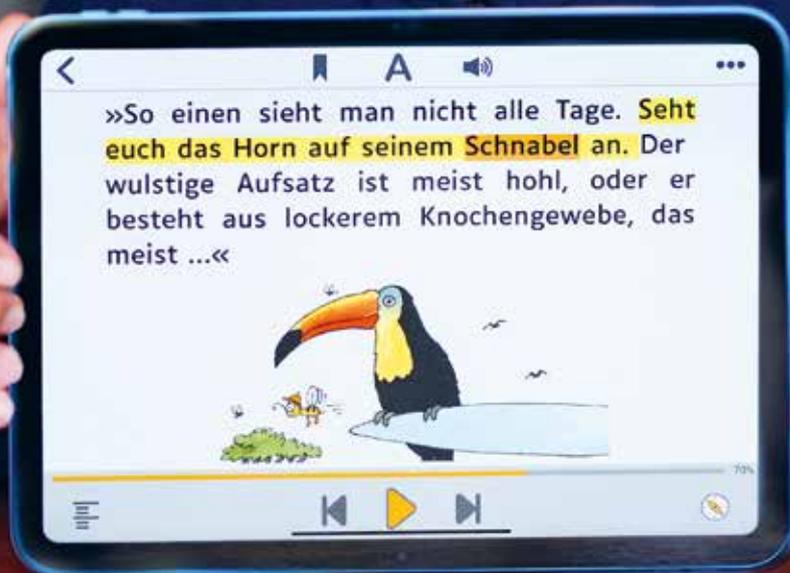
Erscheinungsdaten und Redaktionsfristen / Dates de parution et délais de rédaction

Ausgabe / Édition	1.24	2.24	3.24	4.24
Redaktionsschluss / Délai de rédaction	5.2.2024	10.5.2024	19.8.2024	21.10.2024
Inserateschluss / Délai des annonces	20.2.2024	28.5.2024	3.9.2024	5.11.2024
Erscheinungsdatum / Date de parution	22.3.2024	28.6.2024	8.10.2024	6.12.2024

Hören oder lesen? Beides!

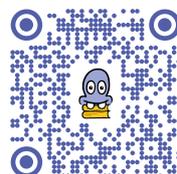


**NEU: TEXT-
HÖRBÜCHER**



Text-Hörbücher sind Hörbücher zum Mitlesen. Sie bieten optimales Augen-Ohren-Lesen und wecken die Lesefreude. Nur bei Buchknacker, der Online-Bibliothek bei Dyslexie und AD(H)S, bis 18 Jahre kostenlos. Jetzt ausprobieren!

Die Online-Bibliothek
buchknacker.ch



Buch
knacker

PHBern-Studie zu Ganztageschulen in der Stadt Bern

WENN SCHULE UND BETREUUNG ORGANISCH INEINANDERGREIFEN

Sandra Liechti
Foto: Adrian Moser

Was, wenn Unterricht, Mittagessen und Betreuung als ganzheitliches Paket angeboten werden? Eine Studie der PHBern im Auftrag der Stadt Bern zeigt, dass Kinder in Ganztageschulen von den engeren Beziehungen profitieren.

Die Stadt Bern hat in ihrer Bildungsstrategie festgehalten, dass Erfahrungen mit der Eröffnung von Ganztageschulen (GTS) gesammelt werden sollen. Michelle Jutzi, Forscherin und Dozentin an der PHBern, hat im Rahmen dieser Studie zusammen mit Kolleginnen und Kollegen drei GTS begleitet.

Foto: z/vg



Michelle Jutzi, was ist der Vorteil von GTS?

Michelle Jutzi Kurz gesagt: stabile Beziehungen, stabile Umgebung, stabile Gruppen. Gerade Kindern, die viel Struktur brauchen und schlecht mit häufigen Orts- oder Betreuungspersonenwechseln umgehen können, tut die Konstanz gut. Die neuste Studie

der PHBern zeigt, dass sich Kinder in GTS wohlfühlen, weil die Beziehungen zur Klasse, zu den Lehrpersonen wie auch zu den Betreuungspersonen im Vordergrund stehen. Sie erlernen ausserdem soziale Kompetenzen, weil sie den ganzen Tag zusammen verbringen und sich in unterschiedlichen Situationen erleben.

Die Stadt Bern fördert die Entwicklung von GTS, während sie andernorts im Dornröschenschlaf bleibt. Woran liegt das?

Die Nachfrage nach Betreuung ist vor allem in städtischen Gebieten hoch, wo häufig beide Elternteile berufstätig und auf einen hohen Betreuungsumfang angewiesen sind. Die Stadt Bern brauchte auf das wachsende Bedürfnis nach pädagogischer Betreuung am Mittag und Nachmittag eine Antwort. Deshalb hat sie in der Bildungsstrategie 2016 die Einführung von GTS ermöglicht. Die Projektphase ist abgeschlossen, und jeder Schulkreis der Stadt Bern kann ein solches Angebot erstellen, wenn er will.

GTS in gebundener Form (siehe Kasten) haben in der Schweiz immer noch Pioniercharakter. Die Schule ist traditionell in Vor- und Nachmittagsunterricht gegliedert, mit einer Pause am Mittag, in der die Kinder nach Hause gehen können. Die Betreuung nach der Schule war lange Zeit Privatsache.

Dieses Modell veränderte sich erst in den 1990er-Jahren, als mehr Frauen begannen, Vereinbarkeit von Beruf und Familie zu fordern, und das Bedürfnis nach Mittagsverpflegung für schulpflichtige Kinder aufkam. Frauen- und Elternvereine organisierten sich auf Freiwilligenbasis, und so entstanden die ersten Mittagstische und Betreuungsangebote. Diese Entwicklung verlief langsam und, wegen der föderalistischen Strukturen des Schweizer Bildungssystems, unkoordiniert. Erst mit der «Interkantonalen Vereinbarung über die Harmonisierung der obligatorischen Schule» (HarmoS) kamen die Blockzeiten und die Idee der Einführung von institutionellen Betreuungsangeboten auf. Die heute weitverbreitete schulergänzende Betreuung (in Bern Tageschulen) ist modular aufgebaut und freiwillig, und die Beiträge der Eltern sind einkommensabhängig. Mit GTS hat man in der Schweiz – ausser an Privatschulen – noch wenig Erfahrung.

GANZTAGESCHULE KURZ ERKLÄRT

Unter dem Begriff Ganztageschulen (GTS) werden Bildungs- und Betreuungsformen zusammengefasst, die an mindestens drei Tagen in der Woche ein ganztägiges, verpflichtendes (gebundenes) Angebot für Schülerinnen und Schüler haben. Betreuungs- und Lehrpersonen arbeiten in einem Team zusammen. In vielen GTS übernehmen Lehrpersonen auch Betreuungsaufgaben. Die Kinder und Jugendlichen werden in altersübergreifenden Klassen von fixen Teams begleitet.

Was braucht es für eine gut funktionierende GTS?

Die Forschung ist sich einig, dass sich das Potenzial der GTS nur entfalten kann, wenn sich Schule und Betreuung mehr und mehr verzahnen und ineinandergreifen. Dafür muss aber zuerst geklärt werden, was die GTS leisten soll und was nicht. Es braucht ein ganzheitliches pädagogisches Konzept, in dem definiert wird, wie die Zusammenarbeit zwischen schulpädagogischem und sozialpädagogischem Fachpersonal geregelt ist und welche neuen Anforderungen an die Lehr- und Betreuungspersonen entstehen.

Wenn also die strategische Positionierung geklärt ist, ist die Umsetzung einfach?

(Lacht.) Das wäre schön! Die Einführung einer GTS ist vergleichbar mit einer Firmengründung. Es braucht zusätzliche Ressourcen und ein Projektmanagement, das die Fäden zusammenhält. Eine Schulleitung kann nicht einfach so nebenbei noch eine GTS auf die Beine stellen. Ausserdem besteht eine weitere Herausforderung darin, die GTS in das bestehende Schulsystem zu integrieren. Die Einführung ist kein linearer Prozess und braucht Zeit.

Was bedeutet es, in einer GTS zu arbeiten?**Es ist ja nicht nur für die Kinder eine Umstellung, sondern auch für das Personal und die Leitung.**

Eine solche Einrichtung verlangt von allen Beteiligten ein grosses Engagement und eine gute multiprofessionelle Zusammenarbeit. Es gibt gemeinsame Sitzungen mit Lehrpersonen und Betreuungspersonal. Es braucht eine klare Aufgabenteilung, Rollenklärung, mehr Absprachen, kurzum: mehr Dialog. Im Gegenzug erleben die Beteiligten das Gefühl von Gemeinschaft, von geteilter Verantwortung. Die Aufgaben sind vielfältiger, und der Schulalltag nähert sich der Idee einer ganzheitlichen Bildung. Das ist für gewisse Lehrpersonen attraktiv und motivierend. GTS erhalten meiner Erfahrung nach immer viele Bewerbungen.

Michelle Jutzi bekräftigt, dass solch gewichtige Schulentwicklungsprojekte mehr Forschung brauchen, um die Erkenntnisse, die vorerst exemplarisch sind, zu untermauern. Mit fundierten Aussagen zur Entwicklung von GTS kann die PHBern zum besseren Verständnis dieses Angebots beitragen.

**Möchten Sie mehr über Ganztageschulen lesen?**

https://www.phbern.ch/forschung/ganztageschulen?utm_source=education&utm_medium=qr_code&utm_campaign=education_4_23



Kinder fühlen sich in Ganztageschulen wohl, weil die Beziehungen im Vordergrund stehen.

WICHTIGSTE ERGEBNISSE AUS DER STUDIE

Im Jahr 2020 wurden neben einer bestehenden drei weitere Ganztageschulen (GTS) in der Stadt Bern eingeführt und zugleich das Forschungsprojekt «Erfahrung Ganztageschule in der Stadt Bern – Phase 2» bei den Forschenden der PHBern in Auftrag gegeben. Die wichtigsten Erkenntnisse daraus lauten:

- Von der Schulleitung und den Mitarbeitenden erfordert der Aufbau einer GTS ein hohes Mass an Engagement.
- Für berufstätige Eltern, die sich mehr Betreuung wünschen, sind GTS eine Entlastung.
- Der Aufbau einer GTS ist kein linearer Prozess und braucht Zeit.
- Die Schülerinnen und Schüler fühlen sich in der GTS wohl, und die Eltern schätzen das konstante Angebot.
- Die Aufgaben von Lehr- und Betreuungspersonen in GTS sind nicht grundsätzlich anders als in der Regelklasse und der Tagesschule.

WEITERBILDUNG ZU «DIGITALE TOOLS IM FREMDSPRACHEN-UNTERRICHT» GESUCHT?

Gefunden auf www.phbern.ch/weiterbildung



Künstliche Intelligenz im Unterricht

WIE KI RICHTIG UND SINNVOLL NUTZEN

Sandra Liechti

Künstliche Intelligenz sorgt gerade für Diskussionen in der Bildungslandschaft. Die PHBern unterstützt Lehrpersonen mit Weiterbildungskursen wie «KI in der Schule» und entwickelt weitere Angebote. Die Nachfrage ist gross.

Vor gut einem Jahr wurde die neue Gratisversion von ChatGPT veröffentlicht. Das hat weltweit für Furore gesorgt und künstliche Intelligenz definitiv ins Bewusstsein der Öffentlichkeit gerückt. In den Medien las man Schlagzeilen wie «ChatGPT läutet technologische Revolution ein» oder «ChatGPT: Wortgewaltiger Wendepunkt». KI ist nicht neu, sondern wird seit Langem in vielen Bereichen angewandt, sei es bei Fahrzeugen, bei der Gesichtserkennung oder bei Applikationen (Siri, DeepL, Suchmaschinen, Fotofiltern usw.). Mittlerweile ist jedoch klar, dass generative KI grosse Auswirkungen auf alle Lebensbereiche hat. So auch auf die Bildung.

Pfannenfertige Lösungen: ja, gerne!

Die PHBern hat bereits diverse Angebote zum Thema KI im Unterricht erarbeitet, die auf grosses Interesse stossen und rege besucht werden. Pfannenfertige Lösungen für die dringlichsten Anliegen gibt es jedoch nicht, obwohl sich das manche insgeheim erhoffen mögen. Nino Zehnder, Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter der PHBern, vermittelt im Kurs «KI in der Schule» Grundlagenwissen zu KI, stellt diverse Tools vor und will vor allem zum Denken anregen. Er stellt klar, dass er bezüglich KI weder Panikmache noch Verharmlosung für richtig hält: «KI ist ein Werkzeug. Wie jedes Werkzeug hat sie zwei Seiten. Ein Hammer kann Nägel einschlagen – aber auch Köpfe. Das Werkzeug produktiv einsetzen kann nur, wer sowohl die Möglichkeiten als auch die Gefahren des Missbrauchs kennt.» Für ihn wie auch für das ganze Dozierendenteam ist klar: Schulen müssen neue Medienkompetenzen aufbauen. Es geht sozusagen darum, Nägel mit Köpfchen zu machen. «Schulen sollen eine Haltung entwickeln, wie sie mit KI umgehen wollen. KI hat das Potenzial, unser Leben und unsere Arbeit fundamental zu verändern», betont Nino Zehnder. Dazu sollten sich Schulleitende, Kollegien wie auch jede Lehrperson Fragen stellen wie: Welche Haltung habe ich persönlich, welche Haltung will ich vermitteln? Wie können Schülerinnen und Schüler KI für ihre Lernprozesse nutzen? Wo ist KI hilfreich, wo sind die Gefahren? Viele offene Fragen und wenig klare Antworten.



Bild erstellt mit der KI-Anwendung Midjourney. Vorgabe: «illustration for a book cover, subject -understanding AI in everyday life for kids-, welcoming, abstract, interesting».

«KI ist ein Werkzeug, und wie jedes Werkzeug hat sie zwei Seiten. Ein Hammer kann Nägel einschlagen – aber auch Köpfe.»

Nino Zehnder, Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter der PHBern



Bild erstellt mit der KI-Anwendung Canva Pro. Vorgabe: «Illustriere den Ausdruck «Eine heisse Kartoffel wird von Hand zu Hand herumgereicht.»»

«Wie sollen wir mit KI im Unterricht umgehen?»

Auch die Schulinformatik der PHBern kriegt das wachsende Interesse wie auch die Besorgnis der Lehrpersonen zu spüren. «Wie sollen wir mit KI umgehen?» ist eine der häufigsten Fragen, die der Helpdesk in den letzten Monaten erhalten hat. Kurt Reber, Leiter der Schulinformatik der PHBern, teilt die Meinung von Nino Zehnder: «Wir müssen eine Mündigkeit im Umgang mit KI erlernen, und damit schwindet auch die Angst vor dem Einsatz von KI mehr und mehr.» Wiederum fällt das Wort «Medienkompetenz». Er plädiert dafür, KI im Unterricht einzusetzen, aber kontrolliert und beschränkt und diesen Einsatz als Teil des Lernprozesses intensiv zu reflektieren. Die Nutzung von KI verlange danach, die Aufgabenstellungen für die Schülerinnen und Schüler anzupassen. Denn dank den neuen Werkzeugen könnten die Kinder und Jugendlichen heute Aufgaben erfolgreich bewältigen, mit denen sie früher überfordert gewesen wären. Genau deswegen müssten der Lernprozess und andere Kompetenzen in den Fokus rücken. Kurt Reber führt weiter aus: «Es geht eher darum, vermehrt konzeptuelle Aufgaben zu erstellen, Kriterien und Briefings zu fordern, die Resultate gemeinsam kritisch zu hinterfragen und so das Urteilsvermögen zu schulen.» Dabei sind Fragen zentral wie «Wann entspricht das Resultat meinen Kriterien?» oder «Wie beurteile ich die Leistung der Schülerinnen und Schüler, wenn KI im Spiel war?». Aus aktuellem Anlass veröffentlichte die Schulinformatik der PHBern ein E-Book als Empfehlung zum Umgang mit generativen Sprachmodellen in der Volksschule. Es beinhaltet die wichtigsten Schritte, die zu einer sinnvollen Nutzung von KI notwendig sind. Ein anderes Angebot der Schulinformatik ist das Spiel «Net's Fetz!», mit dem Kinder und Jugendliche für diverse Herausforderungen in der digitalen Welt sensibilisiert werden. Als weitere Hilfestellung entsteht an der PHBern das IdeenSet «Künstliche Intelligenz» für den Unterricht. Das modular aufgebaute IdeenSet steht ab Anfang 2024 zur Verfügung. Ausserdem entwickelt der Think Tank Medien und Informatik (TTIM) gerade einen Onlinekurs «KI explains KI» für Studierende und Lehrpersonen (als OER).

Datenschutz – eine heisse Kartoffel

Am Thema Datenschutz will sich niemand die Finger verbrennen. Hier gilt es, grundsätzliche Überlegungen anzustellen wie zum Beispiel:

- Wie sichere ich den Zugang zu KI?
 - ▶ Zum Beispiel mit einem durch die Lehrperson für die ganze Klasse administrierten Zugang.
- Wie stelle ich sicher, dass die verwendeten Daten nicht personalisiert sind (Verwendung von Adressen, Geburtstagen, Fotos)?
 - ▶ Alle User müssen geschult werden, welche Daten sie in ihren Anweisungen (Prompts) nutzen dürfen und welche nicht. Am Anfang einer geleiteten Nutzung von KI braucht es eine Schulung zu einem rechtskonformen Datenmanagement.

Ausserdem ist es ratsam, die Eltern über den Gebrauch und das Vorgehen zu informieren, um Transparenz zu schaffen. Genau deshalb ist es entscheidend, klare Datenschutzrichtlinien und -verfahren an der Schule zu entwickeln und umzusetzen, um die Privatsphäre und die Rechte der Beteiligten im Bildungsbereich zu schützen, während gleichzeitig die Vorteile der KI im Unterricht genutzt werden. Dies erfordert eine enge Zusammenarbeit zwischen Schule, Behörden, Datenschutzbeauftragten und Eltern.

Zusammenfassend lässt sich feststellen: Generative KI im Unterricht kann Lehrpersonen und Schülerinnen und Schüler unterstützen und die Lernenden befähigen, anspruchsvolle Aufgaben erfolgreich zu bewältigen. Was wiederum ihre Motivation fördern kann.

Damit rücken neue Lernbereiche wie die Stärkung der Sozial- und Schlüsselkompetenzen der Schülerinnen und Schüler oder die Wertvermittlung in den Fokus. Solche Aspekte fließen bereits jetzt in die Ausbildung von Lehrpersonen ein. Es wird nicht die letzte Veränderung sein, die durch KI angestossen wird. Wie Heraklit gesagt haben soll: «Die einzige Konstante im Leben ist die Veränderung.»

TIPPS IM UMGANG MIT KI IM UNTERRICHT

Medienkompetenz erlangen

- Eigene Haltung und Vision als Schule/Kollegium entwickeln
- Ethikstandards im Kollegium definieren
- Rechtliche Grundlagen kennen (Datenschutz, Mindestalter, usw.)
- Den richtigen Umgang mit Daten sowie deren Qualität sicherstellen
- Aufgabenstellungen im Unterricht anpassen

Im Forum für Lehrpersonen finden sich Beiträge und Diskussionen zu KI und ChatGPT: www.lehrperson-bern.ch



KI im Unterricht

Sie möchten sich Grundlagenwissen zum Thema KI aneignen und einen Umgang damit erlernen? Die PHBern bietet eine Vielzahl von Weiterbildungen dazu an. Melden Sie sich jetzt an.



E-Book Schulinformatik

Das E-Book kann als Open Education Resource (OER) kostenlos heruntergeladen werden: www.kibs.ch

Fachdidaktikmaster NMG + NE

5 STIMMEN ZUM 5-JAHR-JUBILÄUM

Noémie Ribolla

Der Masterstudiengang Fachdidaktik Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG) und Nachhaltige Entwicklung (NE) feiert sein 5-jähriges Bestehen. Grund genug, zurückzuschauen und ein Resümee zu ziehen.

Die Fachdidaktik NMG+NE ist als wissenschaftliche Disziplin bereits länger anerkannt – lange Zeit fehlte jedoch ein entsprechendes Qualifikationsangebot dazu. 2018 schuf die PHBern in Zusammenarbeit mit der PH Luzern Abhilfe und lancierte den Master Fachdidaktik NMG+NE. Dieser ermöglicht es, sich vertieft mit den Natur- und Geisteswissenschaften auseinanderzusetzen. Ebenso thematisiert die Masterausbildung gesellschaftlich relevante Fragen zum Thema Nachhaltige Entwicklung.

Seit dem Start des Masters haben über 120 Studierende das Studium Fachdidaktikmaster NMG+NE aufgenommen. Davon haben bereits 30 Studierende erfolgreich abgeschlossen! Die Absolvierenden qualifizieren sich für vielfältige berufliche Anschlussfelder und nutzen das Studium, um ihre Kompetenzen in bestehenden Anstellungen zu vertiefen und zu erweitern. Der Masterstudiengang Fachdidaktik NMG+NE richtet sich an Lehrpersonen aller Stufen, an Dozierende der Hochschulen, an Fachpersonen aus Lehrmittelverlagen, Medienunternehmen und auserschulischen Lernorten sowie an Studierende der vielfältigen Bezugsdisziplinen des Fachbereichs NMG+NE.

WOZU EIN FACHDIDAKTIKSTUDIUM AN DER PHBERN GUT IST

Die Fachdidaktikmasterstudiengänge bieten attraktive Berufsperspektiven und eignen sich insbesondere für Personen mit Lehrdiplom. Sie bieten die Chance, neue berufliche Wege zu gehen, das eigene Fachwissen zu erweitern und den Unterricht weiterzuentwickeln. So ist ein Master in Fachdidaktik der erste Schritt in die Lehrerinnen- und Lehrerbildung. Absolvierende eines Fachdidaktikmasters arbeiten aber nicht nur als Dozierende an Pädagogischen Hochschulen, sondern vertiefen sich auch in der Forschung, erarbeiten Lehrmittel oder betreuen auserschulische Lernorte.

An der PHBern können Studierende einen Fachdidaktikmasterabschluss in den Bereichen Sport, Textiles und Technisches Gestalten (TTG) – Design (D) sowie Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG) und Nachhaltige Entwicklung (NE) erwerben.

5 Stimmen zum Jubiläum

Zum 5-Jahr-Jubiläum geben Mitarbeitende der PHBern, Absolventinnen des Studiengangs sowie eine Studentin Einblick in ihre Erfahrungen und Erlebnisse im Zusammenhang mit dem Masterstudiengang.



Inwiefern hat Sie das Studium weitergebracht?

**Simone Schmid, Alumna
Fachdidaktikmaster NMG+NE**

Im Studium Fachdidaktik NMG+NE konnte ich mich sowohl individuell in den einzelnen Disziplinen vertiefen als auch meine fachdidaktischen Kompetenzen erweitern. So konnte ich meine Fähigkeiten im Entwickeln von

Lernaufgaben und Lernarrangements professionalisieren. Besonders schätze ich, dass ich mir ein Netzwerk mit Fachpersonen aus Pädagogischen Hochschulen, Lehrmittelverlagen und auserschulischen Lernorten aufbauen konnte und das Studium mir neue berufliche Möglichkeiten eröffnet hat.



Welches war Ihr Highlight der letzten fünf Jahre?

**Katharina Kalcsics, Co-Leiterin
Fachdidaktikzentrum NMG+NE,
PHBern**

Mein Highlight waren die Tagungen des Forums NMG-Didaktik 2022 und 2023. Nach zwei coronabedingten Ausfällen konnten die Tagungen endlich wieder vor Ort stattfinden. Plötzlich waren da wieder so viele junge Dozierende der Schweizer PHs, und fast alle waren Absolvierende oder noch Studierende unseres Masters NMG+NE. Da konnte ich sehen, dass der Master einen ganz konkreten Einfluss auf die NMG-Landschaft an den PHs hat.



Was ist Ihnen aus dem Studium am meisten in Erinnerung geblieben?

**Isabelle Föllmi, Alumna
Fachdidaktikmaster NMG+NE**

Besonders in Erinnerung geblieben ist mir dieses Gefühl, die Inhalte des Studiums Schritt für Schritt zunehmend zu durchdringen. Wir waren eine Gruppe von engagierten Lernenden, die sehr unterschiedliche Erfahrungen, Perspektiven und Stärken ins Studium und in die Diskussionen einbrachten. Alle waren auf ihrem individuellen Lernpfad unterwegs, und doch waren wir in regem Austausch und unterstützten uns gegenseitig. Oft beschäftigten uns Fragen und Themen weit über die Veranstaltungen hinaus, und wir sassen noch stundenlang in gemütlicher Runde in Bern oder Luzern zusammen.



Was war Ihre Motivation, dieses Studium zu beginnen?

**Samira Zingaro, Studentin
Fachdidaktikmaster NMG+NE**

Das Studium ermöglicht es mir, meine Leidenschaft für Geografie und Bildung für Nachhaltige Entwicklung zu vertiefen. Zudem bietet mir die Option eines Teilzeitstudiums die Möglichkeit, als Klassenlehrerin zu arbeiten und gleichzeitig das Erlernte direkt in der Schulpraxis anzuwenden. Dabei finde ich das ausserschulische Lernen besonders wichtig und könnte mir vorstellen, künftig in diesem Bereich zu arbeiten, um auch dort einen Beitrag zur Förderung einer nachhaltigen Zukunft zu leisten.

Fotos: zvg



Was bedeutet das 5-Jahr-Jubiläum für Sie?

**Stefan Valkanov, Leiter
Fachdidaktikzentrum, PHBern**

Es macht mich stolz, dass wir am Fachdidaktikzentrum der PHBern mit dem Fachdidaktikmaster NMG+NE ein Studienangebot mittragen, das sich seit dem Start grosser Nachfrage erfreut. Mit der interdisziplinären Ausrichtung des Fachdidaktikmasterstudiengangs hat der Diskurs innerhalb der Fachdidaktik und im Dialog mit anderen Fachdidaktiken Leuchtturmfunktion für die PHBern und im Speziellen für das Fachdidaktikzentrum. Das erfolgreiche Wirken vieler Absolvierenden in der Fachdidaktik an Pädagogischen Hochschulen oder als Nachhaltigkeitsexpertinnen und -experten an Schulen und in der Erwachsenenbildung zeugt davon, dass wir mit dem Fachdidaktikmaster NMG+NE effektive Nachwuchsförderung betreiben und auf dem richtigen Weg sind.



Ebenfalls interessiert?

Spricht Sie der Studiengang an?
Informieren Sie sich über das Angebot unter
www.phbern.ch/fdm



Erfolgsgeschichten sind das Leitthema der PHBern Perspektiven 2024.
Foto: Gino Knöpfel

PHBern Perspektiven

ERFOLGS- GESCHICHTEN AUS DER SCHUL- ENTWICKLUNG

Die nächsten PHBern Perspektiven finden am Mittwoch, 14. Februar 2024, an der Fabrikstrasse 6 in Bern ab 17.00 Uhr statt. Das Thema des nächsten Jahresanlasses der PHBern lautet «Erfolgsgeschichten in Schulen».

Neben vergangenen und aktuellen Krisen, die auch das Berufsfeld Schule betreffen, entwickeln sich Schulen stetig weiter. Was macht ein Schulentwicklungsprojekt zu einer Erfolgsgeschichte? An den PHBern Perspektiven 2024 werden ausgewählte Praxisbeispiele vorgestellt und diskutiert. Diverse Akteurinnen und Akteure aus dem Berufsfeld Schule inspirieren zu neuen Perspektiven und Ideen.

Lassen Sie sich die Gelegenheit nicht entgehen, und reservieren Sie sich den Termin schon heute – weitere Informationen folgen zu gegebener Zeit.



Kommen Sie auch?

Tragen Sie sich jetzt in die Interessiertenliste ein.
www.phbern.ch/perspektiven2024

Neuer CAS Psychische Gesundheit an der Schule

PSYCHISCH GESTÄRKT KINDER SIND GLÜCKLICHER

Léa Urben / Foto: Gino Knöpfel

Im neuen CAS steht die Gesundheit im Fokus. Und zwar diejenige von allen an der Schule Beteiligten, denn sie beeinflusst den Lernerfolg, das (Lern-)Klima und die Gesundheit aller Mitmenschen.

«Psychisch gesunde und gestärkte Kinder sind glücklicher und haben einen grösseren Lernerfolg», sagt Studiengangleiterin Fabienne Amstad und ist überzeugt davon, dass es nicht nur im Schulalltag hilfreich ist, die Mechanismen zu kennen, wie die psychische Gesundheit gefördert werden kann. Denn wer weiss, wie die eigene psychische Gesundheit gestärkt werden kann, erlebt eine grössere Zufriedenheit im Beruf. Darüber hinaus ist es förderlich, Gruppendynamiken zu kennen und positiv zu nutzen, im Klassenverband genauso wie im Kollegium.

Der neue CAS legt den Fokus darauf, die psychische Gesundheit ganzheitlich zu betrachten, denn sie ist mehr als die Abwesenheit von psychischen Krankheiten. Entsprechend umfassend ist der CAS aufgebaut. Im ersten der drei Module geht es um die Frage «Was ist psychische Gesundheit?», und die Teilnehmenden setzen sich vertieft mit der psychischen Gesundheit auf verschiedenen Ebenen des Systems Schule auseinander. Eine viertägige Blockwoche ermöglicht zudem ein bewusstes Eintauchen in die Thematik, eine intensive Bearbeitung der Themen in der Gruppe und ein aktives Lernen, fernab von festen Unterrichtsstrukturen.

CAS PSYCHISCHE GESUNDHEIT AN DER SCHULE

Der CAS Psychische Gesundheit an der Schule richtet sich an Lehrpersonen aller Stufen sowie an Schulleitende und hat zum Ziel, eine Brücke zu bauen zwischen der Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, dem Gestalten eines gesundheitsförderlichen Systems und der Unterstützung der psychischen Gesundheit von Lehrpersonen.



Interessiert?

Liegt Ihnen die Gesundheit Ihres Umfelds am Herzen? Der CAS Psychische Gesundheit an der Schule startet voraussichtlich am 30. August 2024. Jetzt informieren!

www.phbern.ch/cas-psychische-gesundheit

TAGUNG PSYCHISCHE GESUNDHEIT AN SCHULEN: VON- UND MITEINANDER LERNEN

Die Tagung vom **Samstag, 16. März 2024, in Bern** befasst sich mit der Frage, wie sich die Gesundheitsförderung im Schulalltag beeinflussen und umsetzen lässt. Sie beinhaltet neben einem Einstiegsgespräch mit Autor:in Ronja Fankhauser auch Praxis-Workshops rund um Themen der psychischen Gesundheit.



Jetzt anmelden unter

www.phbern.ch/tagung-psychische-gesundheit

Im zweiten Modul werden die Teilnehmenden darin unterstützt, ihre Rolle als Lehrpersonen und/oder Schulleitende zu reflektieren und zu stärken. Sie denken über ihre eigene Haltung nach und setzen sich mit einem ressourcenorientierten und resilienzfördernden Menschenbild auseinander. Das abschliessende dritte Modul nimmt das Gesamtsystem Schule in den Fokus und vertieft unter anderem Aspekte wie soziale Mechanismen, Gruppendynamiken oder den Umgang mit Krisen. Abgeschlossen wird der CAS mit einem eigenen Praxisprojekt.

Der neue CAS fokussiert sich auf eine ganzheitliche Betrachtung von Gesundheit.



CAS Digitale Medien im Unterricht

KREIDE UND KI IM KLASSENZIMMER

David Gerber / Foto: Gino Knöpfel

Animiertes Erklärvideo, interaktives Quiz oder Virtual-Reality-Umgebung? Digitale Medien im Unterricht effektiv einzusetzen, will gelernt sein! Teilnehmerin Franziska Siegrist erzählt, warum sie sich für den CAS-Lehrgang entschieden hat und was sie bereits gelernt hat. Ein Video zu produzieren zum Beispiel.

Schülerinnen und Schüler auf eine Welt vorzubereiten, die von digitaler Technik durchdrungen ist – das ist ein Auftrag der Volksschule. Dafür brauchen Lehrpersonen spezifische Kompetenzen wie Medienprojekte umsetzen oder Zusammenhänge von Datenstrukturen verstehen. Franziska Siegrist arbeitet seit mehr als 20 Jahren als Lehrerin – seit über neun Jahren an einer Mittelstufe in der Berner Länggasse.

Was begeistert Sie am Thema Digitale Medien?

Franziska Siegrist Digitale Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Sich konkret damit zu befassen, eigene und gesellschaftliche Haltungen zu reflektieren: Das ist mir wichtig. Das beinhaltet, die Vorteile von Apps und Hardware im Unterricht zu kennen. Ebenso zentral ist es zu wissen, wann ich bewusst darauf verzichte und auf Stift und Papier setze. Voraussetzung ist, dass ich zwar sicher im Umgang mit den verschiedenen Tools bin, aber kein IT-Profi zu sein brauche – nur so kann ich die Begeisterung bei Schülerinnen und Schülern wecken!

Weshalb haben Sie sich für den Lehrgang angemeldet?

Eigentlich wollte ich mich nur für ein Modul anmelden, um up to date zu bleiben: Digitale Medien kreativ nutzen und Medienprodukte gestalten. Im Gespräch mit dem



Franziska Siegrist interessiert sich seit ihrer Kindheit für MINT-Themen – seit zwei Jahren ist sie auch als Spezialistin Medien und Informatik an ihrer Schule tätig.

Studienleiter zeigte sich, dass der ganze Lehrgang relevant ist für mich. Ich habe es bis jetzt nicht bereut: Der Austausch mit unserer tollen Gruppe und die Vielfalt der Themen im CAS sind Highlights! Wir erhalten von ganz unterschiedlichen Fachpersonen Einblicke in aktuelle Themen: 3-D-Druck, künstliche Intelligenz oder neue Tools. Die Einheiten sind praxisorientiert und kurzweilig. Und sie können direkt in den eigenen Unterricht übersetzt werden.

Was haben Sie bereits in die eigene Praxis umgesetzt?

Die erhaltenen Tipps habe ich gleich auf Lerntools und Apps angewendet, die ich heute bereits nutze. Ausserdem habe ich für unsere Schule ein neues Konzept für

den «Schüler:innenrat» entwickelt. Dazu habe ich als Leistungsnachweis ein Video gedreht, geschnitten und vertont. Das nutzen wir nun an der Schule, um die Schülerinnen und Schüler sowie die Lehrpersonen niederschwellig zu informieren.

Wem würden Sie den Lehrgang empfehlen?

Unsere Gruppe ist sehr heterogen: Es hat Leute aus allen Zyklen und mit unterschiedlichem Vorwissen, das empfinde ich als grosse Bereicherung. So gesehen ist der CAS-Lehrgang für alle Lehrpersonen geeignet, die sich bezüglich digitaler Medien auf den neuesten Stand bringen möchten oder einfach Sicherheit im Umgang damit suchen.



CAS DIGITALE MEDIEN IM UNTERRICHT

Der CAS-Lehrgang qualifiziert Lehrpersonen, Medien im Unterricht gezielt einzusetzen. Sie lernen, das Potenzial digitaler Medien kriteriengeleitet für ihren Unterricht zu nutzen.

Start nächste Durchführung: Montag, 8. April 2024

Online Info Veranstaltung und Anmeldung: www.phbern.ch/cas-dmu

Individuelle Spielwelten
Pausenplatz Konzepte
Sicherheitsberatung

bimbo[®]
macht spass 

HINNEN Spielplatzgeräte AG - 041 672 91 11 - bimbo.ch

m *meyer* Naturprodukte

Füllmaterialien:
Kirschensteine, Traubenkerne,
Dinkel- und Hirsesprenu, Arvenspäne...

www.kirschensteine.ch, Onlineshop oder 056 444 91 08

 SCHLOSS THUN ENTDECKEN,
MITTELALTER ERLEBEN!
BILDUNG & VERMITTLUNG:
SCHLOSSTHUN.CH

Spycher-Handwerk AG
Huttwil

www.filzwolle.ch

Innovative Einrichtungen
für Schule und Bildung

 schule **raum**

AG für Schule & Raum • Bahnhofplatz 12 • 3127 Mühliethurnen • 031 808 00 80 • www.schule-raum.ch

NEU TECHNISCHES UND TEXTILES GESTALTEN
DO-IT-WERKSTATT.CH
AUFGABEN + UNTERRICHTSHILFEN

Neue Website:
+ Aufgaben mit Video
+ Tüftelwettbewerbe
+ Hilfsgeräte

Bellevuestrasse 27 041 914 11 41
6280 Hochdorf info@novex.ch **novex.ch**

Schulbesuche
Wir thematisieren globale Gerechtigkeit in Ihrem Klassenzimmer!

Wir tragen in der Schweiz Mitverantwortung für die Lebens- und Arbeitsbedingungen der Menschen im globalen Süden: Das Schulbesuchsprogramm sensibilisiert Jugendliche und Kinder für diese Themen und zeigt ihnen, wie sie eine gerechtere Welt aktiv mitgestalten können.

 Kontakt: schulbesuch@publiceye.ch
◀ Weitere Infos: publiceye.ch/schulbesuche

Public Eye

**Kommunikation
Mensch
zu Mensch**

 **Stämpfli
Kommunikation**

staempfli.com

Jetzt neu nach ReFA23!

Das Grundlagenmodul für einen gekonnten Einstieg als Ausbilder:in in die Erwachsenen- und Berufsbildung.

**SVEB-Zertifikat
Ausbilder:in ZA-BE**
Einzelbegleitungen

Weitere Informationen auf aeb.ch/bildungsangebot

 **AKADEMIE FÜR
ERWACHSENENBILDUNG
SCHWEIZ**

Master of Arts in Fachdidaktik

- ▶ Geschichtsdidaktik und öffentliche Geschichtsvermittlung
- ▶ Natur, Mensch, Gesellschaft und Nachhaltige Entwicklung

Interesse an Fachdidaktik?

www.phlu.ch/ma-fachdidaktik



Mittelschul- und Berufsbildungsamt

Aufnahmeverfahren Brückenangebote – Informationen für das Schuljahr 2024/2025

Klassenlehrpersonen des 9. Schuljahres können motivierte **Schülerinnen und Schüler**, die einen **Förderbedarf** aufweisen, wie folgt zu einem Berufsvorbereitenden Schuljahr (BPA/BPI) oder bei der Triagestelle Brückenangebote anmelden:

Termin: 25. März bis 5. Mai 2024 (Kalenderwochen 13–18)

Anmeldeformular: elektronisch auf www.be.ch/brueckenangebote

Eine Anmeldung bei der Triagestelle erfolgt in den Kalenderwochen 13–18, wenn ein BVS Plus als Lösung infrage kommt oder bei Unsicherheit, welches Angebot zielführend ist.

In der Kalenderwoche 23 besteht ein weiteres Anmeldefenster, um alle Schülerinnen und Schüler ohne Anschlusslösung bei der Triagestelle anzumelden.

Für die Vorlehre ist keine Anmeldung erforderlich. Wie bei der Grundbildung erfolgt die Zuteilung zur Berufsfachschule automatisch mittels Einreichen eines unterzeichneten Vorlehrvertrags.

Wichtiger Hinweis

Der Besuch der Angebote ist möglich, wenn die jeweiligen **Aufnahmebedingungen** erfüllt und freie Plätze vorhanden sind. Es besteht kein gesetzliches Anrecht auf einen Platz. Die Aufnahme richtet sich **nicht** nach dem zeitlichen Eingang der Anmeldung.

Weitere Informationen zu den Brückenangeboten sowie der Triagestelle finden Sie unter www.be.ch/brueckenangebote.

Office des écoles moyennes et de la formation professionnelle

Procédure d'admission aux solutions transitoires : informations pour l'année scolaire 2024-2025

Les maîtresses et les maîtres de classe de 11^e année peuvent inscrire à l'année scolaire de préparation professionnelle (APF/API) ou au service d'aiguillage les **élèves** motivés qui ont un **besoin particulier de formation**. Les modalités sont les suivantes :

Délai: du 25 mars au 5 mai 2024 (semaines 13 à 18)

Formulaire d'inscription: formulaire électronique sur www.be.ch/solutions-transitoires

Lorsqu'une APP plus est envisagée ou s'il n'est pas clair quelle solution transitoire est la plus adaptée, la maîtresse ou le maître de classe peut inscrire les élèves concernés auprès du service d'aiguillage dans les semaines 13 à 18.

Une période d'inscription supplémentaire est prévue à la semaine 23, afin que tous les élèves sans solution de raccordement puissent être inscrits au service d'aiguillage.

Le préapprentissage ne nécessite pas d'inscription. Comme pour la formation professionnelle initiale, l'attribution à l'école professionnelle se fait automatiquement par le dépôt d'un contrat de préapprentissage signé.

Nota bene

Pour fréquenter une offre, il faut que **les conditions d'admission soient remplies** et qu'il y ait suffisamment de places disponibles. Nul ne peut se prévaloir d'un droit à disposer d'une place. L'admission à l'APF ne se fait pas dans l'ordre de réception des inscriptions.

[Vous trouverez de plus amples informations sur les solutions transitoires et le service d'aiguillage à l'adresse suivante: www.be.ch/solutions-transitoires.](http://www.be.ch/solutions-transitoires)

Informationsveranstaltungen

Gymnasien, Fachmittelschulen

Die Daten der Informationsveranstaltungen finden sich auf der Website der Bildungs- und Kulturdirektion: www.be.ch/mittelschulen > Informationsveranstaltungen an den Mittelschulen

Séances d'information

Gymnases, écoles de culture générale

Vous trouverez les dates des séances d'information sur le site Internet de la Direction de l'instruction publique et de la culture: www.be.ch/ecoles-moyennes > Portes-ouvertes / Séances d'information des écoles moyennes.

Amt für Kindergarten, Volksschule und Beratung

Newsletter an die Schulleitungen der Volksschule – eine Übersicht

Themen der Ausgabe vom 2. November 2023

- ZIVI (Zivildienstleister) für Mitbetreuung MINT mobil gesucht und MINT-mobil-Buchungsmöglichkeiten Schuljahr 2023/24 und 2024/25
- Neues Merkblatt «Aufzucht von Insekten: Korrekter Umgang mit gezüchteten Tieren»
- Flyer zum neuen zweisprachigen FMS-Bildungsgang Deutsch-Französisch

Themen der Ausgabe vom 3. Oktober 2023

- Kurzversionen von Good Practice 2023 sind online
- Vertiefungsabende zu Good Practice 2023: Schulfach ICH und Atelierunterricht
- Angebote Sprachförderung für die Volksschulen
- ACTIVE SCHOOL – nachhaltige Bewegungsförderung: Sekundarschulen gesucht
- Neues Angebot: Programm «Brain Science of Happiness» für Oberstufenklassen
- Schulsportmeisterschaften des Kantons Bern 2023–2024
- Onlineinfoveranstaltung: Schulische Heilpädagogik
- Zweisprachiges Schneesportlager «Deux im Schnee»
- Betrifft Schulleitungen Zyklus 2 – MINT mobil

Office de l'école obligatoire et du conseil

Lettre d'information pour les directions d'école : une vue d'ensemble

Sujets de l'édition du 2 novembre 2023

- Prochain FORUM COFRA – L'intégration à travers la formation
- Dépliant sur la nouvelle filière bilingue de formation en ECG français-allemand
- Nouvel aide-mémoire « Entomoculture : Les bons réflexes pour l'élevage d'insectes »

Sujets de l'édition du 3 octobre 2023

- Les versions abrégées des courts métrages sur les bonnes pratiques 2023 sont en ligne
- Formation continue sur le thème des troubles complexes du langage
- Championnats sportifs des écoles du canton de Berne 2023-2024
- Soirées d'approfondissement sur les bonnes pratiques 2023 : branche MOI et enseignement en atelier

Bernische Lehrerversicherungskasse (BLVK)

Einladung zu den Wahlkreisversammlungen

Traktanden

1. Begrüssung und Organisation
2. Protokoll der letzten Wahlkreisversammlung: www.blvk.ch > Die BLVK > Organisation > Wahlkreisversammlungen
3. Wahlen in den Wahlkreisen infolge Ablauf Legislatur (Vorstand, Delegierte)
4. Traktanden der DV BLVK vom 12. Juni 2024
- 4a Wahlen Präsident/in, Vizepräsident/in und Sekretär/in DV für die neue Amtsperiode
- 4b Reglementsänderungen
Organisationsreglement für die Delegiertenversammlung
Reglement für die Wahl der Delegierten
5. Informationen: Wo steht die BLVK finanziell und vorsorgetechnisch?
6. Anträge an das Büro DV zuhanden der DV BLVK
7. Verschiedenes

Mitglieder der Verwaltungskommission sind anwesend. Es besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und Wünsche zu äussern.

Ziel: Pro Schulhaus nimmt eine Lehrperson teil!

Caisse d'assurance du corps enseignant bernois (CACEB)

Invitation aux assemblées des cercles électoraux

Ordre du jour

1. Souhais de bienvenue et organisation
2. Procès-verbal de la dernière assemblée électorale : www.blvk.ch/fr > La CACEB > Organisation > Assemblée du cercle électoral
3. Élections, mutations au sein des cercles électoraux en raison de la fin de législature (bureau, délégués)
4. Ordre du jour de l'AD de la CACEB du 12 juin 2024
- 4a Élections du/de la président-e, du/de la vice-président-e et du/de la secrétaire de l'AD pour la nouvelle période administrative
- 4b Modifications de règlements
Règlement d'organisation de l'Assemblée des délégués
Règlement de l'élection des délégués
5. Informations: où se situe la CACEB financièrement et en matière de prévoyance ?
6. Requêtes adressées au bureau de l'AD à l'intention de l'AD CACEB
7. Divers

Des membres de la Commission administrative (CA) sont présents. De cette façon la possibilité est ainsi donnée de poser des questions ou d'émettre des souhaits. **But:** qu'un-e représentant-e par collège soit présent-e.

Wahlkreis / Cercle électoral	Termin / Date	Ort / Lieu
Jura bernois	Lun, 29.4.2024, 18h00	Aula de l'école primaire, 2710 Tavannes
Mittelland-Nord	Mi, 24.4.2024, 18 Uhr	Oberstufenzentrum Eisengasse, Spezialtrakt 1. Stock, Eisengasse 3, 3065 Bolligen
Bern	Di, 23.4.2024, 18 Uhr	Technische Fachschule Bern, Lorrainestrasse 3, 3013 Bern
Mittelland-Süd	Mi, 24.4.2024, 17 Uhr	Hotel/Restaurant Kreuz, grosser Giessensaal, 3123 Belp
Emmental	Do, 2.5.2024, 19.30 Uhr	Aula Sumiswald, Hofackerstrasse 8, 3454 Sumiswald
Oberaargau	Mo, 29.4.2024, 19 Uhr	Neu: Singsaal Kreuzfeld 1, Turnhallenstrasse, 4900 Langenthal
Thun	Mi, 24.4.2024, 17 Uhr	Wirtschaftsschule Thun, Zimmer 008, Mönchstrasse 30A, 3600 Thun
Oberland	Di, 30.4.2024, 19 Uhr	Gymnasium Interlaken, Konferenzraum 3.01, Mittengrabenstrasse 8, 3800 Interlaken
Biel-Seeland	Do, 25.4.2024, 18 Uhr	Aula BFB-Bildung Formation Biel-Bienne, Robert-Walser-Platz 9, 2501 Biel (gemeinsam mit der Regionalversammlung Bildung Bern mit angepassten Traktanden)
Angeschlossene Institutionen	Noch keine Daten vorhanden	Noch keine Daten vorhanden

Kommunikation *Mensch zu Mensch*

Rund 300 Spezialistinnen und
Spezialisten arbeiten bei Stämpfli
täglich an Ihrem Kommunikationserfolg.

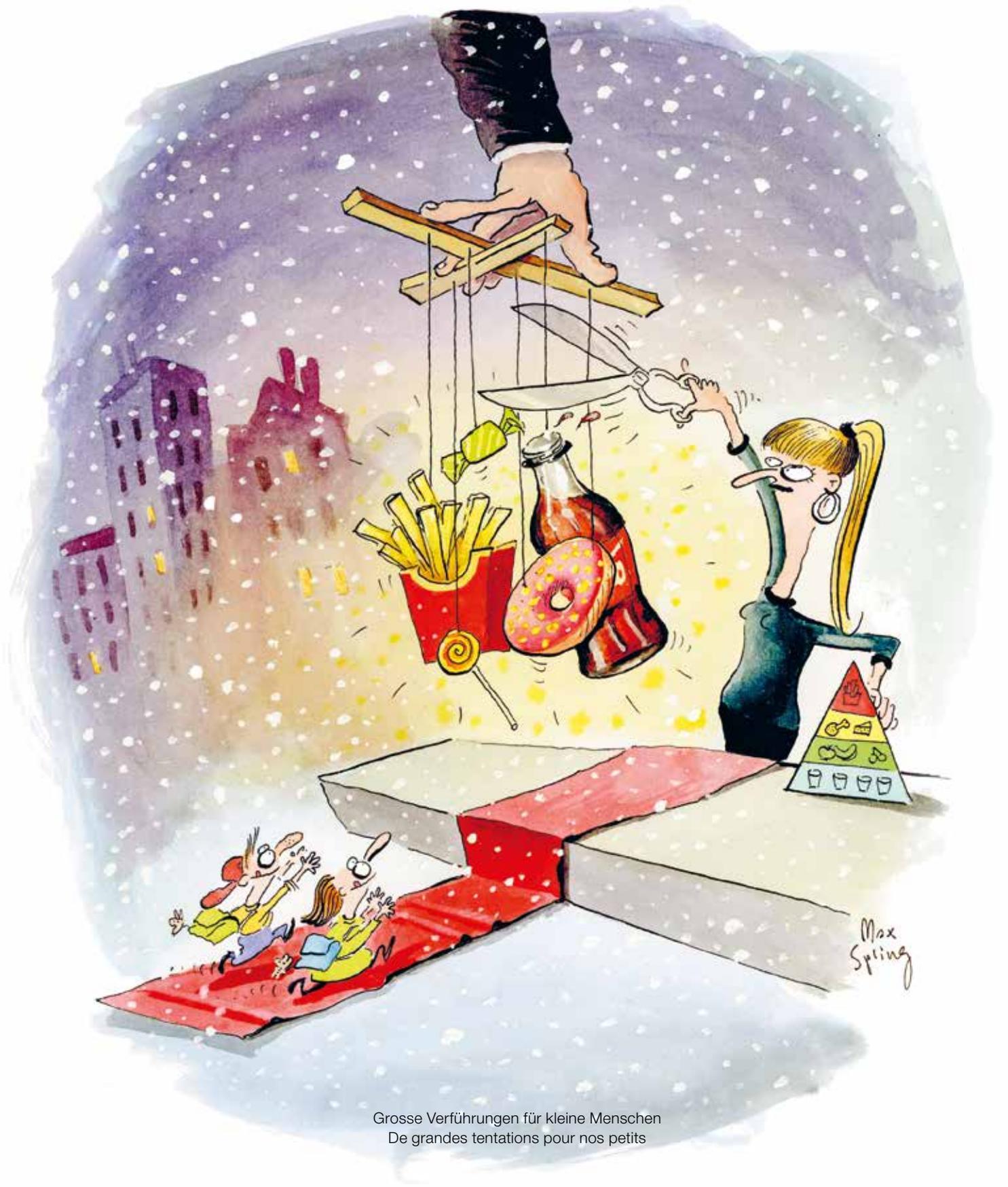
Ganzheitlich, fokussiert und
umsetzungsstark.



[staempfli.com](https://www.staempfli.com)



Stämpfli
Kommunikation



Grosse Verführungen für kleine Menschen
De grandes tentations pour nos petits