



Deutsche Gesellschaft
für Hauswirtschaft e.V.

dgh for future

Das digitale Lexikon der nachhaltigen Hauswirtschaft



SDG 12 Nachhaltige/r Konsum und Produktion

Für nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sorgen: Impulse für gesundes Essen – Nudging in der Schule

Sorgen Sie für kleine Veränderungen, die den Schulalltag nachhaltig verbessern können!

Der Begriff „Nudge“ stammt aus der Verhaltensökonomie und bezeichnet „Anstupser“, die das Verhalten von Menschen beeinflussen. Nudging setzt auf kleine, transparente Impulse: Obst im Blickfeld, Wasser auf den Tischen oder farblich markierte Gerichte in der Mensa. In Schulen bedeutet dies, dass Schülerinnen und Schüler durch gezielte Gestaltung ihrer Umgebung oder kleine Impulse zu bestimmten Entscheidungen angeregt werden – etwa zu gesünderem Essen, einem aktiveren Schulweg oder besseren Lerngewohnheiten. Nudging soll gesunde Optionen einfacher und attraktiver machen, ohne Menschen zu bevormunden. Daher sollten alle Beteiligten zusammenarbeiten, also Mensateams, Lehrkräfte, Eltern und Schülervertretungen. Probieren Sie es aus!

Schlagworte: Nudging, Ernährungsbildung, Verhaltensökonomie.

Quellen:

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) (2025): BZfE-Newsletter Nr. 4 vom 21. Januar 2026.

IN FORM: Nudging in Schulen (2025): Gesunde Ernährung fördern.

<https://www.in-form.de/ernaehrung/kinder-und-jugendliche/kita-und-schule/nudging-in-schulen-gesunde-ernaehrung-foerdern>

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) (2025): Schulesse ist Teil der Ernährungsbildung –Materialien und Praxisbeispiele zur Verzahnung von Unterricht und Schulverpflegung

<https://www.bzfe.de/schule-und-kita/schulleben-gestalten/schulesse-ist-teil-der-ernaehrungsbildung>
(alle aufgerufen am 21.01.2026)

Ein Tipp von Petra Wehmeier, 3. April 2026