

GABRIELE MRAZ

Ernährungswende

Auf dem Weg zu einer nachhaltigen Schulernährung

Sowohl in Österreich, aber auch in anderen Ländern der EU, sind ernährungsbedingte Krankheiten im Vormarsch. Die Zahl an Übergewichtigen, insbesondere bei Kindern, steigt rasant an, während auf der anderen Seite nach wie vor Mädchen und junge Frauen Untergewicht haben. Neue Verantwortlichkeiten für die täglichen Essenssituationen stehen zur Diskussion.

Die Probleme der westlichen Industriestaaten mit Ernährung äußern sich nicht nur in steigenden Gesundheitskosten aufgrund von Fehlernährung. Auch Umweltauswirkungen der Landwirtschaft sind ein Problem. Dies führt dazu, dass von vielen Staaten Nachhaltigkeitsstrategien entwickelt wurden, die u.a. auf den Ernährungssektor abzielen. Aber wie kann Ernährung überhaupt nachhaltig sein? Ein derzeit durchgeführtes deutsches Forschungsprojekt, an dem auch das Österreichische Ökologie-Institut beteiligt ist¹, erarbeitet gerade einen Weg, um eine Wende hin zu einer nachhaltigeren Ernährung einzuleiten. Der Beitrag des Ökologie-Instituts besteht darin, in Österreich und in Schweden Beispiele für Strukturen zu suchen, die nachhaltige Ernährung in Schulen fördern.

Was macht denn nun eine „bessere“ Ernährung aus? Dazu gibt es von vielen verschiedenen Seiten viele verschiedene Vorstellungen. Die Ernährungswissenschaft legt Wert auf eine angemessene und ausreichende Energie- und Nährstoffzufuhr, die Institutionen der Gesundheitsförderung wollen, dass Bewegung und Stressreduktion gefördert werden, die Umweltbewegung und -politik be-

tont die Umweltverträglichkeit und Gentechnikfreiheit der Lebensmittelproduktion, Entwicklungshilfeorganisationen legen Wert auf fairen Handel, Life Style-Magazine und Kochbücher auf Genuss und Vielfalt der Esskulturen.

Ernährungswende bedeutet, dass Essen und Trinken, aber auch der Erwerb der nötigen Ernährungskompetenzen und die Gestaltung der täglichen Essenssituationen

- gesundheitsfördernd,
- umweltverträglich,
- dem Alltag adäquat
- und die soziokulturelle Vielfalt fördernd sind.

Unser Alltag verändert sich zunehmend: Immer mehr Menschen essen außer Haus. Kinder – vor allem in Städten – werden in Kindergärten, Schulen oder Horten verpflegt. Gerade hier ist eine Neugestaltung notwendig. Um nachhaltige Entwicklung auch in der Kinder-Ernährung zu verankern, müssen vor allem Strukturen geschaffen werden, die Einzelpersonen entlasten.

Was bedeutet nun konkret Ernährung in Schulen bzw. Kindergärten im Sinne einer nachhaltigen Entwicklung:

- Das angebotene Essen (Mittagsessen, Jause) sollte für alle gesellschaftlichen Schichten leist-

bar sein und dennoch einen möglichst hohen Anteil an biologisch und regional produzierten Lebensmitteln enthalten.

- Für Kinder, die aus religiösen, ethischen oder gesundheitlichen Gründen bestimmte Speisen nicht essen dürfen, sollte es ein angemessenes Alternativangebot geben (nicht nur die Beilage, wenn es z.B. Schweinefleisch gibt). Da Mädchen öfter vegetarische und leichtere Kost bevorzugen, sind auch diesbezüglich entsprechende Angebote notwendig.
- Im Zuge des gemeinsamen Mittagstisches können Esskultur und sozialer Umgang miteinander gelernt werden.
- Auch am Schulbuffet sollten gesunde, umweltverträgliche, fair gehandelte und nicht überbeuerte Lebensmittel angeboten werden.
- Es ist wichtig, dass Ernährung, Bewegung und Stressreduktion auch Bestandteile eines fächerübergreifenden Unterrichts sind.
- Eine besondere Bedeutung kommt der Mitbestimmung zu: Kinder, Eltern, PädagogInnen, Küchenpersonal, Direktion, Schulverwaltung, SchulärztInnen, Caterer sollten bei der Essensauswahl und Gestaltung einbezogen werden.

¹ Projekt „Ernährungswende“: www.ernaehrungswende.de



Kann Ernährung nachhaltig sein?

Fotos: Michael Rausch-Schott

Kindergärten und Schulen brauchen Unterstützung

Im Frühjahr dieses Jahres stand der Fast-Food-Konzern McDonald's im Mittelpunkt medialer Aufmerksamkeit. Mit einem Programm, dem das Gesundheitsministerium zugestimmt hatte, konnte der Clown Ronald McDonald durch Kindergärten touren, um gesunde Ernährung und mehr Bewegung anzupreisen. Dass McDonald's die Gelegenheit nutzte, um auch Werbegeschenke zu verteilen, war zwar laut Gesundheitsministerium so nicht vorgesehen, verwundert jedoch nicht.

Sollte es der österreichische Weg werden, Lebensmittelkonzernen die Verantwortung für die Ernährung der Kinder zu überlassen? Immerhin sind Nahrungsmittel-Konzerne wie McDonalds maßgeblich an der Entstehung der heutigen Ernährungsprobleme beteiligt. Wenn diese tatsächlich Verantwortung übernehmen wollen, dann sollten sie dies – abgesehen von veränderten Angeboten – zum Beispiel durch die Finanzierung einer unabhängigen Ernährungsberatung tun.

Im Zuge der Berichterstattung über die McDonald'schen Aktivitäten in den Kindergärten stellte sich heraus, dass es verschiedene Beratungsangebote für gesunde und umweltverträgliche Ernährung gibt,

die aber kaum genutzt werden. Hier sollte man sich die Frage stellen, warum diese von den Kindergärten und Schulen wenig in Anspruch genommen werden? – Ein Unterrichtsprojekt vorzubereiten braucht Zeit und Engagement, eine gesunde Jause braucht üblicherweise finanzierungswillige Eltern, Kinderkochkurse die entsprechende Infrastruktur usw. Ernährung in Schule und Kindergarten ist oft nur vermittelbar, wenn Einzelpersonen sich engagieren. Strukturen, die hier eine Erleichterung bringen, sind gefragt. Einzelne Hilfestellungen kommen von schulischen Netzwerken zur Gesundheitsförderung und der Umweltbildung. Wenn aber McDonald's einen Clown schickt, kann davon ausgegangen werden, dass der Konzern die Kosten trägt und dass für die PädagogInnen kaum Arbeit anfällt.

LehrerInnen sind eine der Berufsgruppen, die stark an Burnout leiden, auch wenn ihr Image in der Bevölkerung ein anderes ist. Deshalb ist auch hier der Staat gefordert, Entlastung zu schaffen, etwa in dem die Schulnetzwerke mehr Budget erhalten oder zum Beispiel eine unabhängige Ernährungsberatung für Kindergärten angeboten wird und PädagogInnenausbildung vermehrt eine Basis für die Aufbereitung von Ernährungs-, Gesundheits- und Umweltthemen bietet.

Kurz und bündig

Zum Forschungsprojekt „Ernährungswende“

„Ernährungswende“ ist ein Gemeinschaftsprojekt des Forschungsverbundes Ökoforum, unter der Leitung des Öko-Instituts e.V., an dem das Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE), das Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW), das KATALYSE-Institut für angewandte Umweltforschung (alle Deutschland) und das Österreichische Ökologie-Institut beteiligt sind. Das Forschungsvorhaben wird durch das deutsche Bundesministerium für Bildung und Forschung im Förderschwerpunkt „Sozial-ökologische Forschung“ gefördert.

Zum Weitersurfen

Details zum Projekt auf der Homepage des Ökologie-Instituts www.ecology.at/projekt/projekt.php?projektID=251 oder der Homepage des Projektes „Ernährungswende“ www.ernaehrungswende.de



Steigende Gesundheits-schäden aufgrund von Fehlernährung.

Ernährungsverantwortung neu verteilen

Die Verantwortung für Ernährung im Alltag, speziell für Kinder, liegt nach wie vor in den Familien, und hier traditionellerweise bei den Frauen. Die Bemühungen vieler Mütter und einiger Väter um eine gesunde Ernährung ihrer Kinder werden spätestens durch die Fast-Food-Werbung unterminiert.

An Frauen werden viele Ansprüche gestellt. Als Super-Women sollen sie Kinder und Angehörige betreuen und versorgen, Karriere machen und zugleich schön, fit und gesund sein. Unterstützung erhalten sie dafür nur wenig. Wenn Männer kochen, tendieren sie dazu, für spezielle Anlässe zu kochen, während Frauen nach wie vor die Verantwortung für den Großteil der täglichen Versorgung über haben. Aber nicht nur zwischen den Geschlechtern, auch zwischen den privaten Haushalten und den öffentlichen Institutionen muss Ernährungsverantwortung neu verteilt werden.

Ein Blick über Österreichs Grenzen zeigt, dass dies möglich

ist: In Schweden etwa wird ein wichtiger Teil der Ernährungsverantwortung für Kinder und Jugendliche vom Staat und den Gemeinden übernommen. Die ganztägige Betreuung in den schwedischen Schulen schließt auch ein Mittagessen ein, das von den Gemeinden aus Steuergeldern finanziert wird. Dies ermöglicht sowohl Männern als auch Frauen ganztags berufstätig zu sein.

Auch wenn in Österreich die Ganztagschule in weiter Ferne liegt, besteht ein zunehmender Bedarf an Nachmittagsbetreuungseinrichtungen mit Mittagsverpflegung. Diese Umstellung bietet die Chance, Schulverpflegung aktiv nachhaltiger zu gestalten und – besonders wichtig – die Mitbestimmung aller beteiligten Gruppen zu ermöglichen.

*Mag. Gabriele Mraz, Ernährungswissenschaftlerin, ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Österreichischen Ökologie-Institut in den Themenfeldern nachhaltige Ernährung, Genderforschung und Radioökologie.
Kontakt: mraz@ecology.at*

Blickpunkt

Kinder und Ernährung

Wie die epidemiologischen Daten zeigen, nimmt die Adipositas (Fettsucht) in allen Ländern zu, in denen ein ausreichendes Nahrungsangebot zumindest für Teile der Bevölkerung vorhanden ist. Die Adipositas als komplexes Krankheitsbild betrifft alle Bevölkerungsschichten und Altersgruppen. Waren in Österreich 1991 noch 8,5 % der Erwachsenen adipös, so waren es im Jahre 2000 schon 11 %. Europaweit sind 10–20 % der Männer und 15–25 % der Frauen adipös. Übergewicht und ab einem gewissen Maß auch Adipositas sind bei vielen Kindern die Folge von falschem Ernährungsverhalten und einem Mangel an Bewegung. Die Folgen des Übergewichts im Kindesalter können auch zu Gewichtsproblemen im Erwachsenenalter führen und somit das Risiko psychischer und physischer Erkrankungen steigern. Anerzogene Essgewohnheiten, wie z.B. „der Teller muss leer gegessen werden“ und Werbung, die nicht hinterfragt wird, wie z.B. für Schokolade „mit der Extraportion Milch“ etc., begünstigen die Entwicklung zu einem unausgewogenen Ernährungsverhalten.

Das zentrale Ergebnis einer „market“-Umfrage in 21 Volksschulen unter 1.100 Kindern ist, dass nur jedes dritte Kind in Österreich täglich Gemüse isst. Bei rund einem Fünftel der Befragten gibt es Zuhause überhaupt nur einmal oder noch seltener pflanzliche Kost. Dabei sollte es für Erwachsene wie Kinder keinen Tag geben, an dem man nicht mindestens 300 Gramm Gemüse isst. Durch die Umfrage wurde auch bekannt, dass die Karotte das bekannteste und beliebteste Gemüse der Kinder ist. 70 % fällt die Karotte auf die Frage „Welches Gemüse kennst du?“ ein, gefolgt vom Paradeiser (51 %), Erbsen, Bohnen, Fisolen und Mais (50 %) sowie Kartoffel (48 %). Spinat, Kürbis, Karfiol und Sellerie liegen bereits bei unter 21 % Bekanntheitsgrad.

Österreichisches Institut für Jugendforschung/Pressedienst

Zum Weitersurfen

de.wikipedia.org/wiki/Adipositas