

Der Nationale Aktionsplan für Ernährung und Bewegung - und welche Aufgaben die Ganztagschulen zur Umsetzung leisten sollten.

Mit dem Nationalen Aktionsplan „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ hat sich die Bundesregierung ein ehrgeiziges Ziel gesetzt. Mit dem Schwerpunkt auf „gesunde Lebenswelten“ legen der ehemalige Bundesminister für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Horst Seehofer und die Gesundheitsministerin Ulla Schmitt die Umsetzung der Initiative in die Institutionen und Betriebe, wo mit einem „gesunden Kantinenangebot in Kindertageseinrichtungen, Schulen, Betrieben und Senioreneinrichtungen oder einer Bewegungspause in der Schule oder mit der bundesweiten Kampagne „3.000 Schritte extra täglich“ –Möglichkeiten und Anreize geschaffen werden sollen, gesund zu leben.“ (IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung; S.3) Deutschland soll „in Form kommen“ heißt es im Vorwort der Broschüre, wo dann auch zu lesen ist, dass es besonders wichtig ist, „Kindern so früh wie möglich ein gesundes Essverhalten nahe zu bringen und ihnen Freude an körperlicher Bewegung zu vermitteln.“ Dabei gelte es, „im ganzen Land interessante Initiativen für mehr Bewegung und bessere Ernährung zu fördern. Bestehendes soll besser vernetzt und gute Projekte sollen gezielt gefördert werden.“ (S. 3) In einer Erklärung des Bundes heißt es dann: „Die Unterstützung von Verhaltensänderungen durch Information und Motivation sowie die Weiterentwicklung gesundheitsförderlicher Strukturen sind zentrale Aufgaben des Nationalen Aktionsplans. Denn Gesundheit ist nicht nur ein individueller Wert, sondern

- eine Voraussetzung für Wohlbefinden, Lebensqualität und Leistung,
- ein Wirtschafts- und Standortfaktor,
- die Voraussetzung für die Stabilität des Generationenvertrags und
- sie leistet einen Beitrag zur Teilhabe an der Gesellschaft und zur sozialen Gerechtigkeit.“ (S. 2)

Dann werden die bereits bestehenden Initiativen für gesunde Ernährung und mehr Bewegung genannt: Der Nationale Radverkehrsplan (2002 – 2012), der Nationale Aktionsplan „Für ein kindergerechtes Deutschland 2005 – 2010“, die Strategie der Bundesregierung zur Förderung der Kindergesundheit (2008), das Bund-Länder-Programm „Soziale Stadt“ (seit 1999) sowie das Investitionsprogramm „Zukunft Bildung und Betreuung“ (2003 – 2009). Da der Staat nicht „belehren und nicht reglementieren“ soll, werden im Aktionsplan folgende Forderungen dargestellt:

„.....die Voraussetzungen zu verbessern, sich gesünder ernähren und mehr bewegen zu können, mit Vorbildern und Anreizen die Menschen zu motivieren, mehr für die eigene Gesundheit zu tun und konkrete Angebote für Menschen und Bevölkerungsgruppen anzubieten, die bisher kaum Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten hatten.“

Dabei gelte es „die oftmals erkennbare Lücke zwischen dem Wissen über einen gesunden Lebensstil und der Umsetzung in ein gesundheitsförderliches Verhalten zu schließen.“ Die Maßnahmen des Nationalen Aktionsplans sollen dauerhafte und nachhaltige Änderungen bewirken.

Der Nationale Aktionsplan agiert deshalb auf zwei Ebenen:

1. Die Maßnahmen „sollen in Abstimmung von Bund, Ländern, Kommunen und Zivilgesellschaft durchgeführt werden, um strukturelle Verbesserungen zu erreichen, die für einen gesunden Lebensstil in Eigenverantwortung hilfreich sind. Dafür ist eine Orientierung an Qualität, Zielgruppen und die Erreichung von Nachhaltigkeit notwendig.“

2. Durch eine bundesweite Kampagne sollen die zahlreichen Aktivitäten zum Thema Ernährung und Bewegung gebündelt werden und einen gesünderen Alltag fördern. Die Kampagne wird von dem „Engagement der Akteure, aber auch von der Faszination des Themas leben: Denn letztlich bereiten Essen und Bewegung auch Freude und sind eng mit Genuss, gemeinsamem Erleben sowie Entdecken und Lernen verbunden.“ Im Zusammenspiel von Verhaltens- und Verhältnisprävention soll erreicht werden, dass es in „Deutschland nicht nur gute Bedingungen für ein gesundes Leben gibt, sondern dass alle Menschen davon profitieren.“

Die Ausgangslage ist aber denkbar schlecht. Daran konnten auch die Initiativen der vergangenen Jahre wenig ändern. Festgehalten wird, dass nach wie vor Bewegungsmangel vorherrscht. Dabei kommt der „Bewegung für die Prävention chronischer Erkrankungen, für die Vorbeugung gesundheitlicher Risikofaktoren, speziell auch von Übergewicht und Adipositas, sowie für die Stärkung gesundheitlicher Ressourcen – Wohlbefinden, Selbstwertgefühl, soziale Integration“ eine besondere Bedeutung zu. In allen Altersgruppen treiben 37% der Männer und 38% der Frauen keinerlei Sport. Insgesamt nimmt auch die sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen ab. Die Folgen sind oftmals „verminderte Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit“, die auch Folgen für die körperliche und seelische Entwicklung haben. Ein vermehrtes Auftreten von gestörtem Essverhalten bis hin zu Essstörungen ist zu beobachten.

Immer mehr Menschen haben ein „ambivalentes Verhältnis zum Essen und entwickeln ein gestörtes Essverhalten, bei dem verschiedene Restriktionen (wie nie mehr Süßigkeiten essen, keine fetthaltigen Speisen u.ä.), Diäten oder eine verzerrte Körperwahrnehmung vorherrschen. Einher geht dies teilweise mit exzessiver körperlicher Bewegung. Daraus können sich Essstörungen wie Bulimie (Ess-Brechsucht), Anorexie (Magersucht),.....oder atypische Formen von Essstörungen entwickeln.“

Besonders junge Menschen leiden häufig darunter. Bei einem „Fünftel der 11- bis 17-Jährigen finden sich Symptome von Essstörungen, wobei Mädchen fast doppelt so häufig betroffen sind wie Jungen.“ Fehl- und Mangelernährung nehmen im Alter zu.

Die daraus resultierenden Kosten für das Gesundheitswesen sind alarmierend. Mit dem Nationalen Aktionsplan soll das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig verbessert werden.

Es soll erreicht werden, „dass

1. Erwachsene gesünder leben, Kinder gesünder aufwachsen und von einer höheren Lebensqualität und einer gesteigerten Leistungsfähigkeit in Bildung, Beruf und Privatleben profitieren.

2. Krankheiten deutlich zurückgehen, die durch einen ungesunden Lebensstil mit einseitiger Ernährung und Bewegungsmangel mit verursacht werden.“ Bis 2010 sollen lokale oder regionale Kompetenzzentren für Bewegungsförderung aufgebaut werden, um die bestehenden Angebote, unterschiedliche Anbieter und gute Projekte besser zu vernetzen. Bis 2015 soll dieser Ansatz flächendeckend ausgedehnt werden. Für Fitness-Angebote soll eine Qualitätsüberprüfung erfolgen. Die Rahmenbedingungen sollen dauerhaft und nachhaltig verbessert werden, um den Menschen einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu ermöglichen. Bis zum Jahre 2020 sollen sichtbare Ergebnisse erreicht werden.

„Der Erfolg wird sich daran messen lassen, wie sich durch die Nutzung vorhandener Möglichkeiten, sich ausgewogen zu ernähren und sich zu bewegen, und durch die Schaffung neuer Angebote das Ernährungs- und Bewegungsverhalten positiv verändern sowie das Übergewicht in der Bevölkerung und die Häufigkeit der genannten Krankheiten zurückgehen werden.“

In Deutschland soll ein „Umfeld geschaffen werden, in dem ausgewogene Ernährung und ausreichende Bewegung in allen Lebensbereichen fest verankert sind. Hierzu ist ein enges Zusam-

menwirken von Politik, Gesundheitswesen, Zivilgesellschaft, Wirtschaft, Medien und möglichst vielen weiteren Akteuren aus dem gesellschaftlichen Raum erforderlich. Dabei werden vorhandene Strukturen genutzt und Ressourcen aller Beteiligten gebündelt.“

Mit dem Nationalen Aktionsplan wird also insgesamt angestrebt:

1. Die Bedeutung einer gesunden Ernährung und ausreichender Bewegung für die eigene Gesundheit zu vermitteln.
2. Empfehlungen zum Ernährungs- und Bewegungsverhalten zielgruppenspezifisch und umsetzungsorientiert anzugleichen.
3. Strukturen zur Erleichterung eines gesunden Lebensstils mit ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung in Eigenverantwortung zu schaffen bzw. zu verbessern.
4. Akteure und Maßnahmen zu vernetzen, die zu einem erweiterten, aufeinander abgestimmten Angebot beitragen.

Gute und bewährte Projekte bekannt zu machen und die Transparenz der Angebote hinsichtlich Qualität, Umfang, Finanzierung und Erfolgsmessung zu fördern.

Der Nationale Aktionsplan baut hierbei auf bereits bestehende Strukturen auf. So werden mit der Aktion „Unterwegs nach TutmirGut“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Kinder im Alter von 5 – 11 Jahren angesprochen. Ziel ist die Schaffung von flächendeckenden gesundheitsförderlichen Strukturen in den Lebenswelten von Kindern. Dabei wird der von „gesundheitsziele.de“ empfohlene integrierte Ansatz für die Gesundheit von Kindern mit den Themenbereichen Ernährung, Bewegung und Stressregulation berücksichtigt.

Über die Schulen werden die Kinder sowie deren Lehrkräfte und Familien mit Hilfe einer interaktiven Mitmachausstellung sowie einer Musikshow motiviert, sich mit der eigenen Gesundheit auseinander zu setzen. Eine Medienmappe für den Einsatz im Unterricht unterstützt die Lehrkräfte bei der Umsetzung im Schulalltag. Durch regelmäßige Schulungen werden Multiplikatorinnen und Multiplikatoren qualifiziert, Gesundheitsförderung in ihrer Lebenswelt umzusetzen. Einrichtungen, die Qualitätsstandards von „Unterwegs nach Tutmirgut“ erfüllen, werden zertifiziert.

Schulische Gesundheitsförderung leistet einen Beitrag zur Entwicklung und Verbesserung schulischer Qualität. Bedeutsam ist, dass an Schulen ganzheitliche Konzepte zur Gesundheitsförderung entwickelt und in das Schulprogramm integriert werden. Ganzheitliche Konzepte der schulischen Gesundheitsförderung schließen den Unterricht und den außerunterrichtlichen Bereich ein. Besonders an vorschulischen Einrichtungen und Grundschulen kann auf das Essverhalten von Kindern großer Einfluss genommen werden. Zudem lassen Maßnahmen der Öffnung der Schule schulspezifische Profilierung, ergänzende Angebote und vielfältige Kooperationsbeziehungen, z.B. im Sport- und Bewegungsbereich, zu.

Ganzheitlichkeit in der schulischen Gesundheitsförderung bedeutet aber auch, dass in einem integrierten Konzept alle Inhalte der Gesundheitsförderung, wie z.B. Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung, zusammengeführt werden. Darüber hinaus besteht, insbesondere im Rahmen von **Ganztagsangeboten**, eine explizite Entwicklungsmöglichkeit für Maßnahmen der schulischen Gesundheitsförderung im außerunterrichtlichen Bereich.

Durch das Forum „gesundheitsziele.de“ wurde mit der Formulierung des Gesundheitsziels „Gesund aufwachsen“ ein integriertes Zielkonzept zur Verknüpfung der relevanten Themen Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung für die Settings Kindertagesstätten, Schule sowie Familie und Freizeit vorgelegt. Die Entwicklung von Angeboten für sozial benachteiligte Mädchen und Jungen, Mütter und Väter spielt bei den vorgeschlagenen Maßnahmen eine besondere Rolle. www.gesundheitsziele.de. Die Verankerung gesundheitsrelevanter Themen, wie z.B. Ernährung und Bewegung in den Lehrplänen bilde „die Grundlage für eine gezielte systematische fächer-

übergreifende Gesundheitserziehung und -bildung im Unterricht. Schulische Ernährungs- und Verbraucherbildung muss von den lebensweltlichen Erfahrungen ausgehen und an Alltagsvorstellungen anknüpfen. Wissen, Fähigkeiten, Werte und Motivationen sollten dazu dienen, die Lebenswelt analysieren, reflektieren und gestalten zu können. So können Sinn und Grenzen der Veränderung von Ernährungsgewohnheiten und Handlungsstrukturen angemessen und erfolgreich thematisiert, Handlungsoptionen erweitert und neue Orientierungen ermöglicht werden. Neben der Bildung ist eine Gestaltung der Bildungsräume als gesundheitsförderliche Lebensräume unerlässlich.“

Überall dort, wo Menschen sich bewegen können, gelte es es, „Motivation und Anreize für Bewegung im Alltag zu schaffen. Dabei geht es zum einen um Bewegung im Alltag an sich (z.B. Rad fahren oder Treppen steigen) und deren gesundheitsförderliche Effekte, aber auch um die Verknüpfung von Alltagsbewegung und institutionalisierter körperlicher Aktivität, z.B. Gesundheitsförderung in Bildungs- und Gemeinschaftseinrichtungen, im Betrieb, beim Gesundheits-, Fitness-, Behinderten- oder Rehabilitationssport. Deutschland hat eine beispielhafte Vereinslandschaft. Rund 91.000 Sportvereine mit insgesamt etwa 27 Mio. Mitglieder sind ein idealer Partner für Bewegungsförderung.

Um die größtmögliche Wirksamkeit und Nachhaltigkeit von Bewegung in der Bevölkerung zu erreichen, ist die Zielgruppenorientierung ebenso notwendig wie die Schaffung adäquater und qualitätsgesicherter Bewegungsanreize. Dabei müssen alters-, geschlechts- und sozialbedingte Unterschiede und Bedürfnisse einfließen. Regelmäßige Bewegung reduziert z.B. das Risiko von Adipositas, Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus Typ II, bestimmten Krebserkrankungen.

Als weitere positive Wirkungen werden Erleichterung der Symptome bei Stress und Angstzuständen, Förderung von Motorik und Konzentrationsvermögen bei Kindern genannt.

Um Alltagsbewegung in der gesamten Lebensspanne zu fördern, sind „zielgruppenorientierte Aktivitäten nötig. Bewegungsaktive Menschen sollten darin unterstützt werden, dies zu bleiben. Bei Kindern und Jugendlichen sind dafür andere Maßnahmen notwendig als bei Erwachsenen oder älteren Menschen, bei Mädchen und Frauen andere als bei Jungen und Männern.“

In Zusammenarbeit mit der Kultusministerkonferenz „soll nach Lösungen gesucht werden, wie Ernährungs- und Bewegungsförderung sowie Möglichkeiten der Stressregulation besser in den schulischen Alltag innerhalb und außerhalb des Unterrichts integriert werden können.“

Der „aid-Ernährungsführerschein“ ist ein Angebot zur Ernährungsbildung an Grundschulen für Schülerinnen und Schüler der dritten Klasse. Vermittelt werden Alltagskompetenzen und Grundkenntnisse über Herkunft, Verarbeitung und Zubereitung von Lebensmitteln sowie eine gesunde Ernährung.

Das seit November 2007 erhältliche, praktisch erprobte Medienpaket des „aid infodienst“ wird von Lehrern nachgefragt und in Schulen eingesetzt. Das innovative Angebot zur Ernährungs- und Verbraucherbildung wird bei den Kultusministerien und Landesinstituten bekannt gemacht. Darüber hinaus fördert das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz die Verbreitung des aid-Ernährungsführerscheins in Kooperation mit dem Deutschen Landfrauenverband durch den Einsatz von Landfrauen als Mittlerpersonen.

Mit Beginn des Schuljahres 2007/2008 unterstützen eigens vom „aid“ für den Einsatz in den Klassen geschulte Landfrauen Lehrkräfte bei der Umsetzung des aid-Ernährungsführerscheins. Über diese Kooperation werden zunächst 2650 Schulklassen erreicht. Geplant ist eine Weiterentwicklung und weitere Förderung dieses Konzepts im Rahmen des Nationalen Aktionsplans. Unter anderem wird angestrebt, die Umsetzung in der Schule mit weiteren geeigneten Multiplikatorengruppen wirkungsvoll zu unterstützen.“

Eine Übersicht über Unterrichtsmaterialien werden unter dem Titel „aid macht Schule“ und „Aid – Medien für den Unterricht in Sekundarstufe I+II und Berufsschule“ ergänzend zur Verfügung gestellt.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat wiederholt darauf hingewiesen, dass für die Verpflegung an Ganztagschulen, wo es möglich ist, das Frischkostsystem, bei dem in der Schule das Essen frisch zubereitet wird, eindeutig zu favorisieren ist.

Die DGE hat Qualitätsstandards für die Schulverpflegung erarbeitet und mit den Ländern abgestimmt. Wegweisend ist das Programm „Schule + Essen = Note 1: Qualitätsstandards für die Schulverpflegung“.

Die vorgelegten Qualitätsstandards sollen die Einführung und Umsetzung eines vollwertigen Verpflegungsangebots unterstützen und als Grundlage für Leistungsverzeichnisse und Ausschreibungen genutzt werden. Checklisten dienen der Überprüfung und Sicherung der Qualität.

Zielgruppe sind die Verantwortliche und Entscheidungsträger für die Schulverpflegung wie Schulträger, Schulleitungen, Schüler- und Elternvertretungen sowie Dienstleister.

Die konkreten Anforderungen für die Mittagsverpflegung und Vorgaben zur Erstellung von Speiseplänen wurden erarbeitet. Anforderungen an die Zwischenverpflegung, rechtliche Rahmenbedingungen und Qualifikationen des Personals wurden aufgestellt. Pädagogische, kulturelle und schulorganisatorische Rahmenbedingungen komplettieren die Inhalte der Broschüre. Online stehen Musterspeisepläne, Checklisten und viele weitere Informationen zur Verfügung. Die bundesweit einheitlichen „Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung sollen zum Maßstab der Qualitätsverbesserung in der Außer-Haus-Verpflegung werden.“

Die Lebensmittelwirtschaft kann mit der Entwicklung von Produkten die Verbesserung und Erweiterung des Angebots unterstützen und so dazu beitragen, dass verstärkt Lebensmittel angeboten werden, die dem veränderten Lebensstil angepasst sind.

Neben der Verbesserung des Angebots kommt es entscheidend auf die Qualifikation der Anbieter und des in der Gemeinschaftsverpflegung tätigen Personals an. Um dieses sicherzustellen, werden:

- Qualifizierungsmaßnahmen für Personen, die in den Tageseinrichtungen für Kinder, Schulen und Betrieben für die Verpflegung zuständig sind, entwickelt,
- interdisziplinäre Schulungen für hauswirtschaftliche Fachkräfte in stationären Senioreneinrichtungen entwickelt und durchgeführt,
- Schulungen für Mahlzeitendienste bzw. Anbieter von Essen auf Rädern entwickelt und durchgeführt,
- ein Curriculum zur Weiterbildung von Fachpersonal in der Gemeinschaftsverpflegung entwickelt und
- zielgruppenspezifische Materialien zu unterschiedlichen Themen von der DGE publiziert.

Im Rahmen des Nationalen Aktionsplans hat die Bundesregierung bereits Haushaltsmittel zur Verfügung gestellt, um möglichst vielen Schülerinnen und Schülern eine hochwertige Schulverpflegung zukommen zu lassen. Unter Einbeziehung der Länder werden so genannte „Vernetzungsstellen“ in allen Bundesländern als zentrale Anlaufstellen für Schulen eingerichtet. Sie sollen Schulen unterstützen, ihr Verpflegungsangebot an den Qualitätsstandards auszurichten und konkrete Hilfestellung zu logistischen, rechtlichen und fachlichen Fragen geben.

Mit den Vernetzungsstellen soll eine möglichst breite Umsetzung der Qualitätsstandards, eine Beratung zur Schulverpflegung sowie die Vernetzung von Schulen und außerschulischen Akteuren gewährleistet werden. Der Bund leistet eine Teil-Anschubfinanzierung über fünf Jahre, die

von den Ländern ergänzt wird. Es sei „auch entscheidend, dass alle Kinder in Kindertageseinrichtungen und Schulen, die Gemeinschaftsverpflegung anbieten, unabhängig vom Einkommen ihrer Eltern Zugang zu **gesunden Angeboten** haben.“ Für einkommensschwache Familien stelle „der Preis für das Schulessen häufig eine Hürde dar.“

Vielmehr entscheidend sei, dass „Kinder aus einkommensschwachen Familien finanzielle Zuschüsse zum Essen bekommen. Die Bezuschussung darf jedoch nicht zu Stigmatisierungen führen. Essensbons für alle Schülerinnen und Schüler sind eine gute Lösung. Einige Bundesländer gehen bereits diesen Weg.“

Die Bundesregierung unterstütze „die Länder bei der Verbesserung der Schulverpflegung nach Kräften.“ Neben der Erstellung und kostenlosen Bereitstellung der Qualitätsstandards und der Einrichtung der Vernetzungsstellen werde der Bund das Schulmilchprogramm fortsetzen und ein Schulobstprogramm initiieren.

Die Initialmaßnahmen des Nationalen Aktionsplans für den Bereich „Schule“ sehen insgesamt folgendermaßen aus:

- Die Bundesregierung wird die mit Ländern, der Wissenschaft und der Zivilgesellschaft abgestimmten Qualitätsstandards für die Schulverpflegung („Schule + Essen = Note 1“) verbreiten.
- Vernetzungsstellen Schulverpflegung werden in allen 16 Ländern eingerichtet, um die Schulen bei der Umsetzung der Qualitätsstandards zu unterstützen. Sie werden gemeinsam von Bund und Ländern finanziert.
- Die Bundesregierung wird im Vorfeld eines Vorschlags der EU-Kommission für ein EU-weites Schulobstprogramm Möglichkeiten für ein deutsches Programm im Rahmen eines Pilotprojekts erproben.
- Mit der Evaluation und Weiterentwicklung des Schulmilchprogramms verfolgt die Bundesregierung das Ziel, die Akzeptanz von Milchprodukten als Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung von Kindern und Jugendlichen zu steigern.

Mit dem Nationalen Aktionsplan soll durch eine „Veränderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens eine dauerhafte Verbesserung der gesundheitlichen Lage in allen Lebensabschnitten erreicht werden“. Um dies zu gewährleisten und zu überprüfen, „ist eine wissenschaftlich fundierte Qualitätssicherung und Evaluation der einzelnen Projekte bzw. Maßnahmen notwendig“. Der Erfolg von einzelnen Projekten wird anhand von vorher festgelegten Indikatoren überprüft. Hieraus soll u.a. auch abgeleitet werden, welche Maßnahmen besonders erfolgreich sind.

Es soll festgestellt werden, welche Maßnahmen „nachhaltige Wirkung haben und welche Maßnahmen kosteneffektiv sind“. Auf dieser Basis wird entschieden, „welche Projekte langfristig gefördert und welche Vorhaben nicht weiter durchgeführt werden sollten.“ Die Grundlagen für die Evaluation und das Festlegen von Qualitätssicherungsstandards für Projekte sollen durch eine unabhängige Institution bis 2010 erarbeitet werden.

Der Umsetzungsstand und die Fortschritte des Nationalen Aktionsplans sollen kontinuierlich öffentlich kommuniziert werden, die Zielsetzungen, Handlungsfelder und nächsten Schritte sollen breit vorgestellt und die maßgeblichen Beteiligten aus Politik, Verbänden, Wissenschaft, Wirtschaft und der Zivilgesellschaft zum Mitmachen eingeladen werden. Regelmäßige Konferenzen und Tagungen sollen die Fortschritte des Nationalen Aktionsplans dokumentieren. Dabei sollen besonders die Länder einbezogen werden, da dort zahlreiche relevante Aktivitäten stattfinden.

Die erreichten Ergebnisse sollen in zwei Zwischenberichten (voraussichtlich 2011 und 2016) präsentiert und darauf aufbauend weitere Schritte festgelegt werden. Die mit der Verabschie-

derung des Nationalen Aktionsplans gestartete Kampagne soll weiterentwickelt werden und mit dem Logo IN FORM ein Gesicht bekommen. „Das Erscheinungsbild der Kampagne soll Orientierung geben und die positiven Botschaften des Nationalen Aktionsplans transportieren. Damit die Kampagne zu einer echten Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung wird, ist das gesellschaftliche Engagement aller gesellschaftlichen Akteure entscheidend.“

Die Internetseite stellt die zentrale Kommunikationsplattform dar. „Sie wird das übergreifende Instrument zur Vernetzung und Information im Internet für Projekte im Bereich Ernährung und Bewegung sein. Daneben wird ein Ziel sein, die Vielzahl der Maßnahmen zu ordnen, gute Projekte sichtbar zu machen und neue Kooperationsoptionen zu ermöglichen.“

Die Bundesregierung lässt sich die Umsetzung des Nationalen Aktionsplans jährlich jeweils 5 Millionen Euro kosten. Hinzu sollen die Mittel kommen, „die andere Bundesressorts, die Länder, die Zivilgesellschaft und die Wirtschaft durch eigene Aktivitäten und Maßnahmen zur Unterstützung des Nationalen Aktionsplans zur Verfügung stellen.“

Die meisten Kinder und Jugendlichen in Deutschland essen zu viel fettreiche Kost und Süßigkeiten, aber dafür zu wenig Obst, Gemüse und Vollkornprodukte. Neben dem reinen Versorgungsaspekt durch die Bereitstellung eines Mittagessens an einer Ganztagschule kommen also weitere wichtige Elemente der Prävention, der Gewöhnung an ein regelmäßiges Mittagessen und Aspekte der Gesundheitserziehung bei der Gestaltung eines Mittagessenskonzept hinzu.

Die Umsetzung des Nationalen Aktionsplanes hat somit gerade für Ganztagschulen eine besondere Bedeutung. In den Konzeptionen vieler ganztägig arbeitender Schulen wird die Bedeutung des Mittagessens oftmals nicht erkannt oder zu wenig berücksichtigt. Dabei haben gerade Ganztagschulen eine besondere Verantwortung für die Reduzierung von Folgekosten im Gesundheitswesen durch bewegungsfördernde Angebote und eine gesunde Ernährung.

„Labbrig, fad und arm an Nährstoffen was deutsche Ganztagschulen auf den Tisch bringen“ war das Ergebnis der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen (Frankfurter Rundschau v. 17.04.07). Geprüft wurden Produktion, Transport und Behandlung der Lebensmittel, aber auch Hygiene und Attraktivität des Speiseplans. Die Verpflegung der Schüler in Ganztagschulen ist ein Muss. Bisher können die Schulen selbst entscheiden, wie sie das Essen organisieren. Für viele Schulen ein großes Problem. Meist sind sie auf Caterer angewiesen, weil ihnen ein Küchenkonzept fehlt und die sächliche Ausstattung es nicht erlaubt, das Essen selbst herzustellen.

Essen ist aber die Grundlage für den Lernerfolg eines Schülers. Das Mittagessen ist die wichtigste Mahlzeit für Kinder und Jugendliche und deshalb von großer Bedeutung. Mittagessen an Ganztagschulen ist auch mehr als nur Nahrungsaufnahme:

- die Entwicklung und Förderung von Esskulturen und Tischsitten
- Höflichkeitserziehung
- Regelmäßigkeit und Verbindlichkeit
- Ritual des gemeinsamen Essens im Kreis Gleichaltriger stellt soziale Bindungen her
- Förderung der Kommunikation.

Neben vielfältigen Bewegungsangeboten ist gesunde Mittagsmahlzeit an Ganztagschulen auch deshalb von besonderer Bedeutung, weil das Mittagessen die wichtigste Mahlzeit für Kinder und Jugendliche ist. Die Mehrzahl (ca. 55%) hat dann den größten Appetit und isst am meisten. Nach der Definition des Ganztagschulverband „Gemeinnützige Gesellschaft Tagesheimschule e.V.“ gewährleistet die Ganztagschule das Angebot der Einnahme eines warmen Mittagessens an allen Schultagen für die Schülerinnen und Schüler. In vielen Ganztagschulen ist das Mittagessen ein wesentlicher Bestandteil der pädagogischen Arbeit an der Schule. Die ehemalige Verbraucherministerin Renate Künast hatte in einem Aufsatz in der Frankfurter Rundschau aus-

geführt, dass das Wissen um eine gesunde Ernährung und um den eigenen Körper zu den Kernkompetenzen einer modernen Gesellschaft gehöre. Wenn die Familie als verlässlicher Ort dieses Wissens und dieser Kulturtechniken ausfällt, dann wird die Vermittlung von diesen Kompetenzen zu einer öffentlichen Aufgabe oder einer gesellschaftlichen Hypothek. Denn schließlich belasten Übergewicht und seine Folgen die Krankenkassen erheblich. Deshalb fördert das 4-Milliarden-Programm der Bundesregierung für den Ausbau von Ganztagsschulen auch die Einrichtung von Schulküchen. Die Bedeutung gesunder Ernährung wird aber leider immer noch unterschätzt, auch in der bildungspolitischen Diskussion, dabei ist gesunde Ernährung für die Bildung zentral.

- Essen ist die Grundlage für den Lernerfolg und Ernährung ist ein Bestandteil der Lebenswelt. Das Ritual des gemeinsamen Essens stellt soziale Bindungen her und es sollte erfahren werden, dass es Spaß macht, für andere und mit anderen Essen zuzubereiten und dann mit ihnen gemeinsam zu essen.
- Durch eine ausgewogene Mittagsmahlzeit im Kreise Gleichartiger und unter beisein des Klassenlehrers kann sowohl in der Essenserziehung als auch im ausgewogenen Essen Einfluss auf die Jugendlichen genommen werden. Durch ein entsprechendes Sortiment im KIOSK der Schule kann die Ganztagsschule einen wichtigen Beitrag zur gesunden und ausgewogenen Ernährung leisten.

Der ehemalige parlamentarische Staatssekretär im Verbraucherministerium Matthias Berninger fordert, dass „Schule einen aktiven Beitrag dazu leisten sollte, ja sogar eine wesentliche Verantwortung dafür übernehmen muss, dass sich bei Jugendlichen ein Bewusstsein für Ernährung etabliert. Ganztagsschulen können dabei eine wesentliche Vorbildfunktion übernehmen, indem sie eine regionale, gesunde und bewusste Ernährung nicht nur kommunizieren, sondern in Form eines adäquaten Mittagessens auch vor Ort anbieten, damit vorhandenes Wissen auch in richtiges Ernährungsverhalten umgesetzt wird. Nach bisherigen Erkenntnissen lernen Kinder nämlich ihr Essverhalten durch Beobachtung und Erfahrung.“ Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE e.V.) hat mehrfach über das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen festgestellt, dass diese einen Großteil ihres Geldes für Fastfood ausgeben. Die Folge dieser Ernährung: jedes sechste Kind in Deutschland ist zu dick und/oder hat bereits zu hohe Cholesterinwerte oder Bluthochdruck. Übergewicht ist in den reichen Industrienationen der am meisten verbreitete ernährungsabhängige und damit vermeidbare Risikofaktor. Kinder und Jugendliche wissen zwar relativ viel über Ernährung, setzen aber das vorhandene Wissen nicht in ein richtiges Ernährungsverhalten um, so dass ihr Ernährungsbewusstsein eher mangelhaft ist. Prof. Helmut Hesecker, Präsidiumsmitglied der DGE und an der Universität Paderborn mit der Lehrer-ausbildung im Fach Ernährungslehre befasst, hat deutlich gemacht, dass ungünstiges Ess- und Trinkverhalten an der Schule nicht selten zu erheblichen Problemen wie Konzentrationsschwäche, Müdigkeit und Einschränkung der geistigen Leistungsfähigkeit (durch fehlendes Frühstück oder Mittagessen) führt.

M. Berninger fordert „, dass Schule einen aktiven Beitrag dazu leisten sollte, ja sogar eine wesentliche Verantwortung dafür übernehmen muss, dass sich bei Jugendlichen ein Bewusstsein für Ernährung etabliert.“

Ganztagsschulen können dabei also eine wesentliche Vorbildfunktion übernehmen, indem sie eine regionale, gesunde und bewusste Ernährung nicht nur kommunizieren, sondern in Form eines adäquaten Mittagessens auch vor Ort anbieten, damit vorhandenes Wissen auch in richtiges Ernährungsverhalten umgesetzt wird.“ (Initiative Regionales und gesundes Essen an Ganztagsschulen)

Prof. Ulrike Arens - Azevedo stellt dann auch fest, dass „eine eigene Küche mit den notwendigen Nebenräumen sowie einem entsprechend gestalteten Mensabereich die beste Voraussetzung für eine optimale Verpflegung“ an Schulen ist.

Der Ganztagsschulverband hatte bereits 2006 zur damaligen Initiative „10% Bio – das kann jeder“ deutlich Stellung bezogen. „In einer Zeit, in der sich zahlreiche Schulen auf den Weg zur Ganztagschule machen, ist die Suche nach professionellen Entscheidungshilfen schwierig. Gerade die gesunde Verpflegung der Kinder steht oft am Rande der Überlegungen und wird meist aus Unkenntnis oder Mangels vergleichbarer und überprüfbarer Alternativen vorschnell entschieden. Niemand kann wollen, dass die uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen ihren Hunger nur aus süßen, fett- und fleischlastigen Quellen stillen. Dennoch werden die Entscheidungen auf dem Gebiet des schulischen Mittagessens so manches Mal nur oberflächlich reflektiert oder gar nur nach dem Kostenkriterium gefällt. Hier erhält die mit dem Problem konfrontierte Schule in den "Rahmenkriterien für die Schulverpflegung" alle notwendigen Entscheidungshilfen. Ohne Anbieter, Lösungen, Systeme zu bevorzugen oder zu benachteiligen, gelingt eine übersichtliche Darstellung aller vernunftgeleiteten notwendigen Vorüberlegungen.“

Die Berücksichtigung ökologisch erzeugter Nahrung wirkt nicht nur preistreibend, wie viele meinen. Schulen können durchaus preiswürdig einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheit und in der Gesundheitserziehung leisten. Dies wird in einleuchtenden und nachvollziehbaren Argumenten und Beispielen verdeutlicht.

So enthalten die Empfehlungen z.B. Kriterien für die Zusammenstellung der Lebensmittel und Mahlzeiten, für die Auswahl und Anforderungen an das Verpflegungssystem, Anmerkungen zur Verwendung von Lebensmitteln aus ökologischem Landbau und sie stellen hilfreiche Checklisten sowie verschiedene Beratungsangebote zusammen. Die Rahmenkriterien sind eine wertvolle Entscheidungshilfe für Schulträger, Schulleitungen und Eltern.

Wir fordern daher die Schulen aber auch die Essensversorger, die Caterer auf, gesunde Ernährung zu ihrem Konzept zu machen und mit dazu beizutragen, dass gesunde Ernährung durchaus schmackhaft, bekömmlich und akzeptabel sein kann.“ (Beschluss des Ganztagsschulverbandes)

Es gibt aber auch viele Schulen, die sich bereits auf den Weg gemacht haben. Die Hermann-Ehlers-Schule in Wiesbaden-Erbenheim (HES), eine integrierte Gesamtschule und Ganztagschule, bietet bereits heute optimale Bedingungen für ein gelingendes Versorgungskonzept, das alle Elemente einer gesunden Ernährung bereits enthält. Mit dem Erlass zur Weiterentwicklung dieser Schule in eine Ganztagschule vor 20 Jahren wurde auch grünes Licht für die notwendigen Bauerweiterungsmaßnahmen gegeben.

Die Schule erhielt auf ihrem Gelände einen komplett neuen Bau für Einrichtungen der Ganztagschule. Kernstück des Neubaus wurde die Schul-Mensa mit einer voll ausgestatteten und hochwertigen Küche, die die Voraussetzungen für eine Herstellung der Mittagsverpflegung vor Ort hat. Während einer Übergangsphase mit einem Caterer wurde intensiv nach einem Betreiber der Küche gesucht. Da in der Regel höchstens 50 Schülerinnen und Schüler am Essen teilnahmen, erwiesen sich auch Gespräche mit möglichen Betreibern der Küche als schwierig.

Intensive Gespräche wurden mit der Caritas Wiesbaden e.V. aufgenommen, die in anderen benachteiligten Stadtvierteln gute Erfahrungen mit der Essensversorgung von Kindern und Jugendlichen gemacht hatte. Schließlich führten die Vertragsverhandlungen mit der Caritas Wiesbaden e.V. 1996 zum Erfolg, damit wurde die Hoffnung verbunden, die Anzahl der Essensteilnehmer schrittweise durch ein attraktives und kindgerechtes Mittagessen zu erhöhen.

Die Kooperation der Schule mit der Caritas war von Beginn an projektorientiert und sah neben der Betreibung der Mensa-Küche als Produktionsküche auch die Qualifizierung von arbeitslosen Männern und Frauen aus dem Stadtteil vor. Neben einem qualifizierten Koch und einer Hauswirtschaftsanleiterin sind es weitere Personen aus dem Stadtteil, die später auf dem allgemeinen

Arbeitsmarkt vermittelt werden sollen. Die Auswahl des Personenkreises aus dem Stadtteil soll zur Stabilisierung des Stadtteils beitragen.

Zwischen dem Anspruch einer gesunden Ernährung und der Akzeptanz des Essens durch die Schüler fiel die Entscheidung auf eine „gesunde Mischkost“ entschieden. Es gibt täglich frisch zubereitetes Gemüse, aber gelegentlich auch Eis. Es gibt vegetarische Tage, aber auch Fleisch. Da Schweinefleisch nicht angeboten wird, werden auch keine speziellen Angebote für Muslime benötigt. Schüler erfahren durch das Angebot, dass es schmackhafte Gerichte ohne Fleisch gibt. Dabei werden konzeptionell auch unbekannte Gerichte angeboten. Die Schüler erfahren, dass gesunde und schmackhafte Gerichte sich nicht gegenseitig ausschließen. Damit leistet die Ganztagschule einen wichtigen Beitrag zum Ernährungsverhalten von Jugendlichen. Die dort gemachten Erfahrungen können Einfluss auf das Ernährungsverhalten im Erwachsenenalter haben und sind dann auch ein Beitrag für eine dringend notwendige Kostenreduzierung im Gesundheitsbereich. So gesehen müssen die Kosten für die Einrichtung von Ganztagschulen immer auch unter dem Aspekt der Einsparung von künftigen Kosten durch unterlassene Unterstützungsmaßnahmen im Jugendalter gesehen werden. Dies gilt sowohl für den Sozialbereich als auch für den Gesundheitsbereich. „Es kommt nicht nur darauf an, was auf dem Teller kommt. Auch das Ambiente muss stimmen. Eine freundliche und angenehm gestaltete Schulmensa, in der sich Schüler und Lehrer gleichermaßen wohlfühlen, macht ein schmackhaftes Gericht erst zum richtigen Genuss“ (DGE e.V. Essen und Trinken in Schulen 2004).

Die HES hat gemeinsam mit dem Betreiber der Küche von Beginn an darauf geachtet, dass in der Schulmensa keine „Kantinenatmosphäre“ entsteht. Neben der jeweiligen Jahreszeit angepassten Blumenschmuck auf den Tischen sowie einer Tischdecke wird stets auf Sauberkeit und Übersicht geachtet. Die Schüler wissen diese angenehme Atmosphäre zu schätzen. Vandalismus in der Mensa ist unbekannt. Die Tischdecken werden weder bemalt noch wird die Dekoration beschädigt. Dabei sind die Tische so angeordnet, dass i.d.R. 6 – 8 Kinder an einem Gruppentisch sitzen können und die Kommunikation zwischen den Teilnehmern am Essen erleichtert wird. Die Begleitung der Schüler durch ihre Klassenlehrer/innen vor allem in den Klassen 5 und 6 fördert die Esskultur, führt aber auch zur Verbesserung der Klassenstruktur und des Klassenklimas und verbessert damit die pädagogische Arbeit in den Klassen.

Fazit:

Das Kooperationsprojekt mit der Caritas ist für die Schule ein Glücksfall.

- a. Die an den meisten Ganztagschulen übliche Beteiligung von ca. 20% der Schüler/innen am Mittagessen wird deutlich überschritten und liegt inzwischen bei 80%.
- b. Das Konzept des Angebots einer „Mischkost“ ist damit voll aufgegangen.
- c. Die Kooperation mit dem außerschulischen Träger entlastet die Schule im erheblichen Maße.
- d. Die hohe Akzeptanz der Mahlzeiten und das Ambiente des Mensa-Bereichs führen zum Abbau von Aggressionen nach einem anstrengenden Unterrichts-Vormittag.
- e. Das Wohlfühlklima steckt auch das Kollegium der Schule an. Das Essen wird von Lehrern/innen gerne angenommen und verstärkt damit die Kommunikation im Kollegium.

Deutliche Kritik am nationalen Aktionsplan wird jedoch insbesondere von Bündnis/Grünen geäußert. "Der nationale Aktionsplan ist leider wieder nur heiße Luft, die zudem auch schnell wieder abkühlt", erklärt die stellvertretende Fraktionsvorsitzende und gesundheitspolitische Sprecherin von BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN im Hessischen Landtag, Kordula Schulz-Asche, zum von der Bundesregierung vorgelegten Nationalen Aktionsplan. Kritisiert wird das Fehlen eines Präventionsgesetz, eine verlässliche Finanzierung und verbindliche Gesundheitsziele auch

auf Länderebene sowie eine bessere Kooperation der Akteure vor Ort. Gerade bei der Fehlernährung von Kindern kommt es darauf an, die Kinder stark zu machen, die Kompetenz ihrer Eltern zu stärken und alle Institutionen, die mit Kindern und Familien arbeiten, im Sinne einer umfassenden Gesundheitsförderung zu vernetzen", erklärt Schulz-Asche. Insbesondere Kindergärten und Schulen werden ihrer Aufgabe, Kindern neben Wissen auch umfassende Lebenskompetenzen zu vermitteln, nur unzureichend gerecht. Frühzeitige Beratung von Eltern und der Ausbau von Familienzentren stehen ebenfalls seit langem auf der Tagesordnung. Anlässlich des Kabinettsbeschlusses zum Nationalen Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängende Krankheiten erklärt Ulrike Höfken („Schnecken tempo statt Aktion“ - Veröffentlichung der Fraktion der Grünen vom 26.6.08), Sprecherin für Ernährungspolitik und Verbraucherfragen: „Der Aktionsplan der Bundesregierung verschwendet nur wertvolle Zeit, die längst für eine Trendwende in der Ernährung genutzt werden könnte. Arbeitsgruppen, Fachgespräche, Berichte, Eckpunktepapiere bilden ein Sammelsurium von bürokratischen Aktivitäten ohne konkretes Handeln. Statt auf die bewährten Akteure der ersten Stunde und die auf den Weg gebrachten rot-grünen Initiativen von Renate Künast zu setzen, sollen staatliche Parallelstrukturen und eine teure Geschäftsstelle nun den Aktionsplan entwickeln.“ Die Bundesregierung habe in den „letzten 2,5 Jahren nicht mehr geschafft, als lange bekannte Ziele in einen Alibi-Aktionsplan zu schreiben und mühsam zwischen den Streithähnen Seehofer und Schmidt abzustimmen.“ Dieses Schnecken tempo reiche nicht zur Lösung der vielfältigen Probleme in der Ernährungspolitik: immer mehr Übergewichtige, Verschärfungen in armen Bevölkerungsschichten, fehlende Orientierung im Lebensmittelregal und vieles mehr. Allein 800.000 schwerkranke adipöse Kinder müssen Grund genug sein, konsequente wirksame Maßnahmen zu ergreifen. Für ein tatkräftiges Handeln habe die Bundesregierung auch versäumt, die Länder mit ins Boot zu nehmen. Die Bundesregierung setze erneut auf wirkungslose Selbstverpflichtungen.

Im Dezember 2008 wurde inzwischen der „Nationale Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten“ gemeinsam nun von der neuen Bundesministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Ilse Eigner und der Gesundheitsministerin Ulla Schmidt veröffentlicht. Es gilt abzuwarten, ob der nationale Aktionsplan wirklich zu einer Trendwende im Gesundheitsbereich von Kindern und Jugendlichen führt oder doch nur heiße Luft war.

Quellen:

„IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“; 2008
Nationale Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten“; 2008

Künast, R. Gesunde Ernährung ist für die Bildung zentral, in : Frankfurter Rundschau vom 30. 06. 2004

Stefan Appel, Harald Ludwig, Ulrich Rother, Georg Rutz (Hrsg.) Jahrbuch Ganztagschule 2004/2006

Prof. Helmut Heseke, Uni Paderborn

Prof. Ulrike Arens – Azevedo, Jahrbuch Ganztagschule 2004

Berninger, M. Initiative “Regionales und gesundes Essen an Ganztagschulen”

DEG: Ernährung in Ganztagschulen

„aid macht Schule“ – Unterrichtsvorbereitung ganz einfach!

Aid – Medien für den Unterricht in Sekundarstufe I+II und Berufsschule

Guido Seelmann-Eggebert, Jahrbuch Ganztagschule 2006; Mittagessen an Ganztagschulen – das Versorgungskonzept an der IGS Hermann-Ehlers-Schule.

Weitere Informationen:

www.aid-ernaehrungsfuehrerschein.de;

www.landfrauen.info

E-Mail: gkseelmann@t-online.de