

Dschungel-Trunk und Vitaminis

Schnelle Snacks für zwischendurch gibt's am Schulkiosk. Doch anstelle von Obst und Gemüse werden dort meist überwiegend Süßigkeiten angeboten. Dass es auch anders geht, zeigen die Empfehlungen des Main-Taunus-Kreises zum gesunden Schulkiosk-Sortiment. Zudem haben wir die Diplom-Ökotrophologin Dr. Claudia Osterkamp-Baerens gefragt, warum gesunde Lebensmittel an der Kiosk-Theke möglichst attraktiv präsentiert werden sollten.

Der Schulkiosk gilt als Anlaufstelle für alle, die einen Energieschub benötigen. Denn der Körper braucht Nahrung, um zu funktionieren. Berichte aus dem Schulalltag zeigen: Gesunde Schülerinnen und Schüler lernen besser als jene, die nicht auf ihre Ernährung achten. Das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen hat unter anderem die Leuphana Universität Lüneburg untersucht. Dort wurde festgestellt: Viele Schülerinnen und Schüler gehen morgens ohne Frühstück aus dem Haus. Das in der Realität zu ändern, ist leichter gesagt als getan.



Diplom-Ökotrophologin **Dr. Claudia Osterkamp-Baerens** rät, gesunden Produkten außergewöhnliche Namen zu geben.

Das sagt auch Dr. Claudia Osterkamp-Baerens. Als Ernährungscoach ist sie oft in Schulen unterwegs. Sie hat beobachtet, dass in deutschen Schulkiosken süße Lebensmittel häufig sehr offen-siv angeboten werden: „Donuts und Hörnchen liegen meistens ganz vorn in der Reihe.“ Genau das mache es Kindern und Jugendlichen schwer, Nein zu sagen. „Nach den aktuellen Ernährungserhebungen essen 12- bis 17-Jährige in Deutschland deutlich weniger Obst und Gemüse, als für ihr Alter eigentlich empfohlen wird.“ Wichtig sei deswegen, das

Verpflegungsangebot in Schulen unter die Lupe zu nehmen und Schülerinnen und Schüler ein durchdachtes und attraktives Kioskangebot zu machen.

„Dadurch könnte man die Schüler dazu animieren, die für sie wichtigen und richtigen Lebensmittel auszuwählen“, so die Ernährungsberaterin.

Gesunde Verpflegung am Schulkiosk ist auch ein Anliegen von Michael Cyriax, Landrat des hessischen Main-Taunus-Kreises. So hat die Landkreisverwaltung Empfehlungen für ein Schulkiosk-Sortiment erarbeitet. „Wir haben das Ziel, dass sich die Vorlieben der Schülerinnen und Schüler in Richtung ‚gesund‘ entwickeln“, betont der Landrat. „Dafür können wir als Erwachsene viel tun.“ Er ist überzeugt: Geschmacksvorlieben werden durch Verfügbarkeit geprägt. Dazu zählen die Öffnungszeiten des Kiosks, die Preise und die Vielfalt im Angebot. Wer ein Kiosk führt, kann das Essverhalten der jungen Kundschaft in gewissem Maße steuern. „Indem Ungesundes teurer angeboten wird, gesunde Lebensmittel dagegen preiswert“, sagt Cyriax. Zucker, Gebäck oder andere Süßigkeiten sollte es außerdem nur in Maßen zu kaufen geben.

Für ein optimales Frühstück beispielsweise empfiehlt etwa das Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE) vier Lebensmittelgruppen. Alle vier sollten neben Getränken in einem Schulkiosk zu finden sein: Getreideprodukte (Kohlenhydrate), Milchprodukte (Eiweiß), Obst und Gemüse. Schon kleine Anpassungen des Angebotes können eine posi-

tive Wirkung entfalten. Backwaren etwa könnten aus Vollkornmehl bestehen, Butter dagegen sollte sparsam verwendet werden.

Allerdings lassen sich gesunde Speisen nicht von heute auf morgen im Sortiment verankern. Laut Hessischem Schulgesetz (§ 129) entscheidet die Schulkonferenz gemeinsam mit dem Schulträger darüber, ob ein Schulkiosk eingerichtet wird und wie das Warenangebot aussehen soll. Viele die einen Kiosk betreiben sollen die Veränderungen dann im Alleingang umsetzen. „Das ist allerdings keine gute Idee“, sagt Ernährungsexpertin Dr. Claudia Osterkamp-Baerens. Hilfreicher sei es, wenn Eltern, Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler eine Art Verpflegungsleitbild erarbeiteten. „Dazu könnte zum Beispiel ein Pausengremium gegründet werden. Dort werden die wichtigsten Eckpunkte zu den Ernährungszielen der Schulfamilie schriftlich festgehalten. Und die Ideen werden dann mit dem Kioskbetreiber umgesetzt.“ Idealerweise könnten einige aus der

Für Ihren Unterricht

Zur gesunden Ernährung bietet das Schulportal DGUV Lernen und Gesundheit für Lehrkräfte zahlreiche kostenlose Unterrichtseinheiten, abrufbar im Internet unter www.dguv-lug.de. Ende Mai erscheint die Einheit:

- **Bewusst einkaufen** (Sek. II, Webcode lug1073403)



Illustration: Jochen Schiewink

~~SCHOKO-RIEDEL~~
Apfel!

Schüler-schaft das Marketing für die neuen Produkte im Pausenkiosk übernehmen, fährt sie fort. „Sie wissen am besten, wie die Angebote sein müssen, damit sie gut bei den Schülerinnen und Schülern ankommen. Außerdem nehmen Kinder und Jugendliche Vorschläge von Freunden oftmals besser an als von Erwachsenen.“

Um Lebensmittel schmackhaft zu machen, können auch hippe Namen helfen. Das Wort „gesund“ klingt in den Ohren vieler Schülerinnen und Schüler unattraktiv – mit ihm sollte nicht geworben werden. Ein Großteil der Kinder und Jugendlichen verbindet damit einen schlechten Geschmack. „Geben Sie auch den gesunden Produkten einen spannenden Namen und beziehen Sie dabei die Jugendlichen ein“, empfiehlt

Dr. Osterkamp-Baerens. „Dschungel-Trunk“ für einen Kakao oder „Vitaminis“ für Gemüsesticks können schon helfen, die Akzeptanz gesunder Lebensmittel unter Schülerinnen und Schülern zu erhöhen.

Kreative Namen sind eine gute Möglichkeit, gesunde Produkte auf neue Art im saisonalen Angebot unterzubringen, findet die Ökotrophologin. „Es muss attraktiv und trendy sein und zur Lebenswirklichkeit der Kinder und Jugendlichen passen. Gerade bei Siebt-, Acht- oder Neuntklässlern können frische Smoothies ‚To go‘ da schon interessanter sein als ein normaler Apfel.“

Es bleibt dabei: Ein ideales Kioskangebot in der Schule sieht nicht nur schön aus, es enthält auch ein gutes Nährstoffpaket und schmeckt. Um gesunde Speisen dauerhaft anbieten zu können, die das Schulprofil ins rechte Licht rücken und zugleich wirtschaftlich sind, muss

es Kompromisse geben. Wichtig ist, die Schülerinnen und Schüler von Anfang an in die Zusammenstellung des Sortiments einzubinden und nicht zu schnell aufzugeben. Erfahrungsgemäß müssen neue Produkte öfter angeboten und wiedererkannt werden, bis sie auch wirklich angenommen werden.

> Die Empfehlungen des Main-Taunus-Kreises zum gesunden Schulkiosk-Sortiment sind abrufbar unter: www.mtk.org, Suchwort Schulkioskempfehlungen.



Sandra Winzer ist freie Journalistin aus Frankfurt/Main.
✉ redaktion.pp@universum.de