

# „Gemeinsames Essen schafft Vertrauen“

Für viele Schulen ist gesunde Ernährung zu einem zentralen Thema geworden. Welchen Stellenwert Ernährungs- und Verbraucherbildung in den Lehrplänen hat, wie gesunde Verpflegungsangebote organisiert werden und warum Mahlzeiten gemeinschaftsstiftende Wirkung entfalten können, erklärt Prof. Dr. Ines Heindl von der Europa-Universität Flensburg.

**Frau Prof. Dr. Heindl, gibt es eine Schule mit einem attraktiven, schmackhaften und gesunden Essen, das von Schülerinnen und Schülern akzeptiert wird und zugleich bezahlbar ist?**

An einer Gemeinschaftsschule im Norden Schleswig-Holsteins in der Gemeinde Harrislee engagieren sich Eltern für eine gesunde Verpflegung in den kurzen Pausen. Dort wird eine Mischung aus belegten Broten, Brötchen plus Obst und Gemüse angeboten, auf

Süßigkeiten wurde verzichtet. An dieser Schule hat sich in mehr als 20 Jahren eine Esskultur entwickelt, bei der die einzelnen Wochentage für bestimmte Angebote stehen, weil jede Elterngruppe bei der Verpflegung andere Akzente setzt.

**Leider kann vermutlich nicht jede Schule ein solches Konzept mithilfe von Eltern realisieren. Könnte so etwas auch ein Cateringunternehmen mit einem Kioskangebot leisten?**

Selbstverständlich, wenn Cateringunternehmen auf die Wünsche der Schulen eingehen und nicht allein das Interesse verfolgen, die eigenen Produkte zu verkaufen. Anbieter sollten Schulen in dieser Hinsicht nicht unter Druck setzen. In der Mehrheit tun sie das meines Wissens auch nicht.

**Häufig möchten Schulen auch mittags gutes, warmes Essen bieten, kämpfen jedoch immer wieder mit der Preisfrage. Wie sieht ein ideales Mensaessen aus?**

Dafür gibt es bundesweit von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) einheitlich erarbeitete Qualitätsstandards. Diese Empfehlungen legen zum Beispiel Anteile von Gemüse und Fisch fest und verbieten den Einsatz von Geschmacksverstärkern. Meiner Meinung nach brauchen wir verbindliche Standards, bislang ist die Umsetzung an den Schulen freiwillig. Was den Preis angeht, müsste man sich eingestehen, dass 2,50 bis 3,00 Euro bei hohen Standards für ein Essen nicht ausreichend sind.

**Wo erhalten Schulen Hilfe, wenn sie den Empfehlungskatalog der DGE umsetzen möchten?**

In Berlin ist zum Beispiel auf Basis der DGE-Standards ein einheitlicher Ausschreibungskatalog erarbeitet worden. Er wird von jeder Schule genutzt, die ein warmes Mittagessen anbietet. Schulen haben damit einen guten Handlungsleitfaden, um europaweit nach einem Speiseanbieter zu suchen. Hinter der Erarbeitung steckt allerdings ein langwieriger mühseliger Prozess, weil die Interessen von Schulen, Politik und den Verpflegungsfirmen zusammengebracht werden mussten. Dass es gelungen ist, daran trägt die Berliner Vernetzungsstelle für Schulverpflegung ihren Anteil. Auch in anderen Bundesländern wären solche Ausschreibungskataloge wünschenswert, damit nicht jede Schule und jeder Schulträger in Sachen Mittagsverpflegung auf eigene Faust kämpfen muss.

**Wie können Schulen von den erwähnten Vernetzungsstellen profitieren?**

In jedem Bundesland gibt es eine Vernetzungsstelle – zurzeit finanziert durch Projektmittel des Bundes – die bei Fragen zur Schulverpflegung als Ansprechpartnerin fungiert. Für Schulen wäre es sinnvoll, einen Mensaausschuss einzurichten, der das Heft in der Hand hält, und in dem alle beteiligten Zielgruppen vertreten sind – Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte und sonstige schulische Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Die Vernetzungsstellen können Erfolgsfaktoren aus der Erfahrung anderer Schulen vermitteln und Ideen



**Prof. Dr. Ines Heindl ist Expertin für Ernährungs- und Verbraucherbildung von der Europa-Universität Flensburg.**



Foto: getty / Dag Sundberg

### Gemeinsam eingenommene Mahlzeiten in der Mensa können das soziale Klima an Schulen verbessern.

liefern. Denn jede Schule sollte ein für ihre Bedürfnisse passgenaues Verpflegungskonzept entwickeln, die DGE-Standards einbeziehen und daraus einen Kriterienkatalog aufstellen. Das betrifft die Suche nach einem neuen Cateringunternehmen genauso wie die Umsetzung eines Schulprojektes rund um Ernährung.

#### Wie kann Ernährungsbildung stärker in den Schulalltag integriert werden? Reicht es aus, Arbeitsgemeinschaften fürs Kochen anzubieten?

Hier würde ich auf einer höheren Ebene ansetzen. Derzeit suchen die Bundesländer nach Wegen, das Fach Verbraucherbildung einzuführen. Damit wird

der Zusammenhang von Ernährungs-, Gesundheits- und Verbraucherbildung fest in der pädagogischen Verantwortung von Schulen verankert. Das geht weit über Hauswirtschaft und Koch-Arbeitsgemeinschaften hinaus. Im Idealfall wird das Unterrichtsfach Hauswirtschaft in das neue Schulfach überführt.

#### Was sollte in diesem Bereich vermittelt werden?

In Schleswig-Holstein lernen Kinder und Jugendliche, wie sie beim Einkaufen von Lebensmitteln und ihrer Zubereitung mit der Nahrung umgehen, so wie es im Fach Hauswirtschaftslehre bereits der Fall war. Dieser Ansatz wurde um den Komplex „Pri-

vater Verbrauch, Konsum und Lebensstil“ erweitert. Informiert wird darüber, wie sich Gewohnheiten auf eine nachhaltige und gesunde Lebensführung auswirken, was schadet, was nützt und wo die richtigen Produkte zu finden sind. Wir müssen den zukünftigen Verbraucherinnen und Verbrauchern in den Schulen mehr Informationen und vor allem Orientierung bieten, bevor es an die eigentliche Nahrungszubereitung geht. Außerdem hat eine Ernährungs- und Verbraucherbildung die Aufgabe, Haltungen und Einstellungen zu verändern. Wichtig wäre zudem, dass der Lehrstoff mit dem stimmig ist, was Schülerinnen und Schüler in der Pausenverpflegung ihrer eigenen Schule erleben.

## Finanzen und Zuschüsse

- **Zuschüsse:** Das Schulessen kann vom jeweiligen Schulträger subventioniert werden. Dieser entscheidet auch über die Höhe der Zuschüsse. Familien mit geringem Einkommen können im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets bei den Jobcentern individuelle Zuschüsse für die Mittagsversorgung beantragen.
- **Skandinavien:** In Finnland und Schweden beispielsweise ist die Schulverpflegung kostenfrei. In Finnland wird das nach festgelegten Ernährungsrichtlinien zubereitete Schulessen seit Jahrzehnten komplett steuerfinanziert.
- **Studie:** Beim europäischen Forschungsprojekt „iPOPY“ (2007 bis 2010) untersuchte Dr. Benjamin Nölting vom Zentrum Technik und Gesellschaft der TU Berlin die Möglichkeit innovativer Bio-Verpflegung in öffentlichen Schulen. Dabei wurde die Schulverpflegung in Italien, Finnland, Dänemark und Norwegen vergleichend ausgewertet.

#### Womit wir bei der richtigen Auswahl von Kiosk- und Mensabetreibern wären.

Genau. Neben der Speisenauswahl und -gestaltung ist der Ort wichtig, an dem gegessen wird. Mensaräume sollten nicht zu lärmbelastet sein. Ebenso bedeutsam ist die gute Kommunikation des Personals. Geht es an der Essensausgabe höflich und freundlich zu, werden Empfehlungen und Tipps gegeben? Die Umgangsformen werden als wichtige Faktoren für das Gesamtklima einer Mensa unterschätzt. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu schulen, zahlt sich am Ende auch finanziell aus, weil die Kinder und Jugendlichen dann gern und regelmäßig kommen. ➤



Foto: mauritius / Wolfgang Weinhäupl

**Ernährungsbildung hat die Aufgabe, Haltungen und Einstellungen zu verändern.**

### Gutes Essen in guter Atmosphäre, was gehört für Sie dazu?

Zur gesunden Ernährung gehört eine gute Atmosphäre. So steigen die Chancen, dass selbst Salat zum Renner wird. Trotzdem werden Pizza, Pasta, Pommes nicht verboten. Es geht um Wahlfreiheit bei zugleich starken Anreizen für Angebote einer gesunden Ernährung.

Wer dies in den Lebensalltag der Schülerinnen und Schüler integriert und sie anregt, sich intensiv damit zu beschäftigen, erreicht eine positive Wertschätzung gegenüber Nahrung und Menschen.

### Was meinen Sie damit konkret?

Essen lebt von der Gemeinschaft. Es sind Menschen, die am Tisch gemeinsam essen, reden und lachen. Wer das Essen geschickt als Ritual etabliert, kann das soziale Miteinander fördern und zum Beispiel Schülerinnen und Schüler verschiedener Altersstufen zusammenbringen. Mir ist eine Schule bekannt, in der ältere Jugendliche Schulneulinge in die Mensa begleiten. So etwas baut Brücken. Auch für Inklusion sind solche Ansätze wichtig. Zugleich sollten weiterführende Schulen die Bedürfnisse älterer Schülerinnen und Schüler berücksichtigen, die auch mal unter sich sein wollen. Sie könnten bei Bedarf in einem abgetrennten Bereich sitzen können.

### Gibt es Erkenntnisse, welchen Einfluss gemeinsame Mahlzeiten auf eine positive Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben?

Durch die Kommunikation beim Essen werden soziale Kompetenzen geschult. Gemeinsames Essen beeinflusst außerdem die geistig-emotionale Entwicklung beim Aufbau von Bindungen.

➤ Weitere Hinweise zu gesunder Ernährung finden Sie auf den Seiten der „Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.“ im Internet unter [www.dge.de](http://www.dge.de)

Belege dafür liefert die Hirnforschung. Wenn wir essen, gehen etwa Gerüche direkt ins limbische System des Gehirns, wo Gefühle verarbeitet werden. Auf diese Weise werden über eine positiv besetzte Atmosphäre und das Miteinander bei gutem Essen Vertrauen und Vertrautheit aufgebaut, im Elternhaus ebenso wie in der Schulmensa.

### Was wünschen Sie sich zum Thema Schulverpflegung von der Politik?

Eigentlich sollte die Verpflegung für Schülerinnen und Schüler überall kostenfrei sein. Vorbild sind Schweden und Finnland: In diesen Ländern müssen die Eltern nichts bezahlen, weil die Meinung vorherrscht, dass gute Schulverpflegung ein wichtiges gesellschaftliches und pädagogisches Anliegen ist. Niemand kann mir erzählen, dass dies nicht auch im reichen Deutschland möglich wäre.

Das Gespräch führte **Mandy Ganske-Zapf**, freie Journalistin in Magdeburg und Berlin.

✉ [redaktion.pp@universum.de](mailto:redaktion.pp@universum.de)

Anzeige

## Psychische Erkrankungen im Betrieb

[www.universum.de/shop](http://www.universum.de/shop)

Inhalte:

- Basisinformationen, Handlungsbedarf und Interventionsmöglichkeiten
- Betriebliche Integration und Inklusion
- Das Leistungsangebot der Sozialversicherungssysteme
- Praxishilfen für den betrieblichen Alltag

Zielgruppen:

- Betriebliche Praktiker – Führungskräfte, Betriebsräte, Betriebsärzte, Personaler, Sicherheitsfachkräfte, BEM-Beauftragte

Herausgeber:

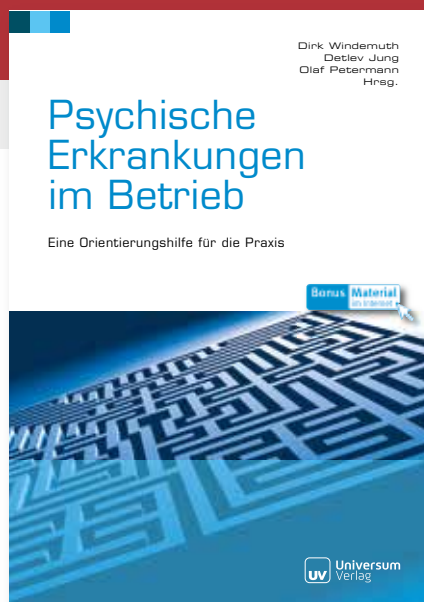
**Prof. Dr. phil. Dirk Windemuth, M.P.H.** (Direktor des Instituts für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung – IAG, Dresden)

**Priv.-Doz. Dr. Detlev Jung** (Leitender Betriebsarzt des Zweiten Deutschen Fernsehens – ZDF, Mainz)

**Olaf Petermann** (Vorsitzender der Geschäftsführung der Berufsgenossenschaft Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse – BG ETEM, Köln)

Universum Verlag GmbH · Taunusstraße 54 · 65183 Wiesbaden · Telefon 0611 90 30-501  
Bestell-Fax: 0611 90 30-277/-181 · Internet: [www.universum.de](http://www.universum.de) · E-Mail: [vertrieb@universum.de](mailto:vertrieb@universum.de)  
Registriert beim Amtsgericht Wiesbaden, HRB 2208 · Geschäftsführer: Siegfried Pabst, Frank-Ivo Lube

**UV** Universum  
Institut



472 Seiten, ISBN 978-3-89869-406-3, Preis 59,00 €