

# Schwerpunktthema: Kindergesundheit

## Angebote für gesunde Ernährung von Kindern und Jugendlichen stärken

### Ergebnisse des 1. Gesundheitsforums der Landesgesundheitskonferenz (LGK) in der Urania

Mehr Zusammenarbeit, Hilfen von Geburt an und Angebote, die auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zugeschnitten sind: Dies sind die zentralen Ansätze, die auf dem ersten Gesundheitsforum der LGK zum Ernährungsverhalten des Berliner Nachwuchses diskutiert wurden.

Nina Wichner, Programmleiterin Gesundheit der Urania, begrüßte die über 200 Teilnehmer/innen, die am 23. März 2009 zum Austausch in die Urania gekommen waren. Das Teilnehmerspektrum war breit gefächert: Eltern, Lehrer/innen, Ernäh-



rungsberater/innen und Vertreter/innen von Krankenkassen nahmen an der Veranstaltung teil. Im Anschluss an die Vorstellung der Ergebnisse der HBSC-Studie (siehe Kasten) diskutierte Senatorin Katrin Lompscher gemeinsam mit weiteren Verantwortlichen, wie die Ernährung von Kindern und Jugendlichen in Berlin verbessert werden kann.

#### Ergebnisse der HBSC-Studie (Health Behaviour in School-Aged Children)

Die Ergebnisse der HBSC-Studie in Berlin 2006 geben Einblicke in den Gesundheitszustand sowie in das Gesundheitsverhalten von Schüler/innen der fünften bis neunten Klassenstufe. Die Ernährungsgewohnheiten betreffend wurde festgestellt, dass nur jede/r zwölfte Schüler/in in Berlin den mit den Fragebogendaten überprüfbareren Ernährungsempfehlungen mehrheitlich nachkommt. Fast die Hälfte der Schüler/innen nimmt nicht an allen Schultagen ein Frühstück vor der Schule ein und weniger als acht Prozent erreichen den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlenen Verzehr von fünf Portionen Obst und Gemüse pro Tag.

Die HBSC-Daten zeigen auch, dass zwar unter den Berliner Schüler/innen mehrheitlich ein positives Körper selbstbild vorherrscht, jedoch gab jedes zweite Mädchen und mehr als jeder fünfte Junge an, im zurückliegenden Jahr mindestens eine Diät gemacht zu haben, um abzunehmen. Bezüglich der körperlichen Aktivität wurde erkannt, dass die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen hinter den Empfehlungen zurückbleibt und dass Mädchen sich weniger körperlich betätigen als Jungen.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass sowohl Mahlzeitenmuster als auch Verzehrshäufigkeiten der Berliner Schüler/innen häufig nicht den Empfehlungen entsprechen. Insbesondere Alter und soziale Lage der Familie stehen in engem Zusammenhang mit den Verzehrsgewohnheiten. Der entwickelte Ernährungsindex zeigt enge Beziehungen zu anderen gesundheitsrelevanten Parametern (Körpergewicht, physische Aktivität, Wohlbefinden) auf.

#### Früh ansetzen für gesunde Ernährung und Bewegung

Katrin Lompscher eröffnete die Diskussion und betonte, wie wichtig es für Berlin sei, im Rahmen der Landesgesundheitskonferenz die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zum Thema zu machen. Wesentlich sei es, so früh wie möglich - im besten Fall schon vor der Geburt - anzusetzen. Alles, was im Rahmen der frühkindlichen Bildung verpasst werde, könne in späteren Jahren nicht mehr ausgeglichen werden.

Für den ersten Lebensabschnitt stellt sich Katrin Lompscher zufolge die Frage nach der Verantwortung der Eltern. Die Senatsverwaltung habe festgestellt, dass Eltern ganz unterschiedliche Kompetenzen bezüglich der gesunden Ernährung ihrer Kinder aufwiesen. Deshalb habe sich der Senat die Aufgabe gestellt, gerade in diesem Bereich, in den Familien, einen Schwerpunkt zu setzen. Zu diesem Zweck wurden Projekte der Ernährungsberatung und der Stärkung von Ernährungswissen ins Leben gerufen.

Als zweiten wesentlichen Punkt nannte sie den Bereich Kita und Schule. Hier befinde sich Berlin auf einem guten Weg und habe bereits sehr gute Resultate aus den Modellprojekten vorzuweisen.

Katrin Lompscher sieht Berlin nun vor der Herausforderung, konkrete Antworten auf die Ergebnisse der HBSC-Studie zu entwickeln. Die Studie zeige, dass das Hauptproblem offensichtlich der ungenügende Verzehr von Obst und Gemüse, der Mangel an regelmäßigem Frühstück sowie an Bewegung ist. Katrin Lompscher warf hier die Frage auf, wie gesundes Ernährungsverhalten erreicht werden kann, ohne durch einen erhobenen Zeigefinger zu verschrecken. Wenn Kinder und vor allem Jugendliche nicht ihren Bedürfnissen gemäß angesprochen werden, bewirkt das oft das Gegenteil der eigentlich guten Absichten. Zudem sei zu überlegen, wie Bewegung besser in den Schulalltag integriert werden kann. Gerade für Schüler/-innen ist der Unterricht bisher vor allem von langen Zeiten des Sitzens geprägt.

Diese Fragen können laut Katrin Lompscher mit Hilfe der HBSC-Studie eingehend und gezielt diskutiert werden. Sie zeigte sich gespannt, ob im Rahmen der nächsten HBSC-Studie, die im Jahr 2010 durchgeführt wird, bereits Veränderungen im Gesundheitsverhalten der Berliner Kinder und Jugendlichen festgestellt werden können.

### **Kita und Schule als Orte gesunder Ernährung**

Staatssekretärin Claudia Zinke von der Senatsverwaltung für Bildung verortete die Verantwortung für gesunde Ernährung in erster Linie bei den Eltern. Weil sich jedoch nicht alle Eltern um eine gesunde Ernährung ihrer Kinder kümmern oder kümmern können, wurden von der Senatsverwaltung in allen Grundschulen Verpflegungsangebote geschaffen. Zudem besteht laut Claudia Zinke eine im deutschlandweiten Vergleich sehr weit gehende Regelung, um die Schulverpflegung zu subventionieren. Wurde bisher schon an einem großen Teil der Ganztagsgrundschulen das Essen subventioniert, so umfasst diese Regelung seit Beginn des Schuljahres 2008/2009 alle gut 400 Ganztagsgrundschulen. Hierfür werden vom Land Berlin im Doppelhaushalt 2008/2009 3,8 Millionen Euro aufgewandt. Zusätzlich steht ein Härtefallfonds zur Verfügung.

Claudia Zinke veranschaulichte, wie die Zusammenarbeit von Eltern, Schulen und Bezirken für ein gesundes, preisgünstiges Mittagessen sorgt. Die Schulträger schließen Verträge mit den Anbietern auf Grundlage der Berliner Qualitätskriterien. Zugleich beraten die Eltern mit der Schule über die Auswahl der Speisen für die Kinder und wählen gemeinsam die entsprechenden Caterer aus.

Kein Kind soll mit knurrendem Magen in der Schule sitzen, wie die Staatssekretärin betonte. Nachdem Regelungen zur Finanzierung des Mittagessens getroffen wurden, liege das Hauptaugenmerk der Senatsverwaltung nun auf der Beratung von Eltern, Schulen und Kitas. Claudia Zinke stellte hier mehrere Ansätze vor, et-

Aktivitäten der Krankenkasse im Feld der Ernährung von Kindern und Jugendlichen vor. Harald Möhlmann teilte die Einschätzung von Katrin Lompscher und Claudia Zinke, wonach zu Beginn der Kindheit zuoberst die Eltern Verantwortung für Gesundheit und Ernährung tragen. Mit zunehmendem Alter übernehmen Kinder und Jugendliche diese Verantwortung allerdings selbst. Daher sieht Harald Möhlmann die Aufgabe von Schulen und Krankenkassen vor allem darin, sie hierin zu stärken.

Die AOK Berlin richte ihre Angebote für eine bessere Ernährung deshalb zunächst an die Eltern, um sie in der Schwangerschaft und der anschließenden Phase zu unterstützen. Danach, so Möhlmann, ha-



wa das Bildungsprogramm für die Berliner Kindertagesstätten, mit dessen Hilfe bereits die Jüngsten gesunde Essgewohnheiten lernen und pflegen. Zudem erhalte seit dem Jahr 2002 jede Schülerin und jeder Schüler am ersten Schultag die Bio-Brot-Box mit Hinweisen zum gesunden Schulfrühstück für die Eltern. Und während die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Schulträger, Schulen und Eltern berät, entwickeln im Rahmen des Landesprogramms "Gute gesunde Schule" die Schulen selbst ein gesundheitsförderndes Programm. Dieses Programm bezieht neben der gesunden Ernährung auch die Bewegungsförderung in die Schulentwicklung ein. Ein Programmschwerpunkt liegt in Mitte, wo sich drei Grundschulen besonders mit dem Thema der gesunden Ernährung wie auch der Bewegung und der Adipositas-Prävention beschäftigen.

### **Möglichkeiten gemeinsamen Handelns am Beispiel Berliner Krankenkassen**

Der Beauftragte des Vorstandes der AOK Berlin, Harald Möhlmann, stellte die

ben Kita und Schule eine große Bedeutung für die Ernährung und die Gesundheitsbildung der Kinder.

Aus diesem Grund konzentriert die AOK Berlin laut Harald Möhlmann ihre Aktivitäten im Bereich der Kinder- und Jugendernährung auf die Kitas und Schulen. Das Programm "Tiger-Kids" schafft in 50 Kindertagesstätten Angebote für gesündere Ernährung und mehr Gesundheit. Gemeinsam mit der Senatsverwaltung für Bildung und der Bertelsmann-Stiftung wurden im Projekt Anshub.de bereits 100 "gute gesunde Berliner Schulen" ausgezeichnet. Und die Berliner Schulverpflegung macht Harald Möhlmann zufolge bundesweit Schule: Mit Unterstützung der Vernetzungsstelle Schulverpflegung, der Senatsbildungsverwaltung und der AOK Berlin bietet mittlerweile die Mehrzahl der Schulträger eine Mittagsverpflegung an, die den aktuellen Ernährungsstandards entspricht. Harald Möhlmann sah damit bestätigt, dass durch die Zusammenarbeit mit ergebnisorientier-

ten Partnern weitreichende Schritte möglich sind - eine Schlussfolgerung, der sich an diesem Abend in der Urania noch weitere Diskutant/innen anschließen sollten.

### **Die Verantwortung der Schule als Bildungseinrichtung und Lebenswelt**

Als freie Wissenschaftlerin, Autorin eines Buches zu Jugendesskulturen und Lehrerin an einer Berliner Oberschule repräsentierte Dr. Silke Bartsch auf dem Podium Forschung und Praxis in einer Person. Silke Bartsch sah die Verantwortung für das gesundheitsförderliche Ernährungsverhalten von Heranwachsenden bei allen Akteuren - Schule, Familie, Staat und Gesellschaft - gleichermaßen. Der Schule kommt ihr zufolge die Aufgabe sowohl der Ernährungsbildung wie der schulischen Essensversorgung zu. Zwar wissen Jugendliche laut Silke Bartsch im Allgemeinen beim Verlassen der Schule mehr über Ernährung als zu Beginn ihrer Schulzeit. Die Mehrzahl der Schülerinnen und Schüler baue jedoch keine nachhaltigen Handlungskompetenzen auf. Sie führte dafür verschiedene Gründe an. Besonders im Biologieunterricht würden naturwissenschaftliche Grundlagen isoliert vermittelt. Und dem theoriegeleiteten Praxisunterricht im Wahlpflichtfach Arbeitslehre komme nur eine Randstellung in Berliner Schulen zu, so dass er Silke Bartsch zufolge lediglich einen geringen Teil der Berliner Jugendlichen erreicht.

Silke Bartsch plädierte dafür, Ernährungsverhalten als gesellschaftliche Herausforderung ernst zu nehmen. Ernährungsbildung sollte darum als Grundbildung - im Sinne einer "Health and Food Literacy" - für alle Schülerinnen und Schüler gelehrt werden. In den zugehörigen didaktischen Konzepten, zum Beispiel dem REVIS-Konzept ("Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen"), rücken die handelnden Menschen mit ihren sozialen und kulturellen Bezügen in den Mittelpunkt. Ziel dieses Konzeptes sei, ein wohl informiertes, gesundheitsförderliches Essverhalten aufzubauen. Diese Neuorientierung erfordert es nach Aussagen von Silke Bartsch, die Lehrkräfte entsprechend aus- und fortzubilden.

Aus der Schulpflicht folgt für sie eine Fürsorgepflicht, die gesunde Ernährung einschließt. Dafür sei ein gesundheitsförderlicher Rahmen zur Pausenverpflegung

zentral, der Essenszeiten, Essensräume und Essensgemeinschaften regeln sollte. Für Essens- und Getränkeangebote sollten, wie auch von Harald Möhlmann gefordert, Mindeststandards eingehalten werden. Schule trägt somit für Silke Bartsch die Verantwortung einerseits für einen Unterricht, der Ernährungsbildung für alle anstrebt, und andererseits für die Schaffung eines Lebensumfeldes, das allen Beteiligten gesundheitsförderliche Ernährung und Bewegung ermöglicht.



### **Gesunde Ernährung statt Kompetenzstreitigkeiten**

Als Vorsitzende der Berliner Tafel ist Sabine Werth verantwortlich für die regelmäßige Versorgung von 300 sozialen Einrichtungen mit Lebensmitteln. 100 dieser Einrichtungen richten sich, etwa in Form von Wohngruppen und Freizeiteinrichtungen, an Kinder und Jugendliche. Durch "LAIB und SEELE", eine gemeinsamen Aktion der Berliner Tafel, der Kirchen und des rbb, wird die bedürftige Bevölkerung mit Lebensmitteln versorgt. Durch diese beiden Bereiche der Arbeit der Berliner Tafel werden monatlich etwa 125.000 Menschen, darunter ein Drittel Kinder und Jugendliche, erreicht.

Wie Sabine Werth heraus stellte, unterscheidet sich der Bereich ‚Kinder und Jugend‘ grundlegend von den anderen Sektionen der Berliner Tafel. Dieser Bereich bemühe sich, alle Kinder in der Stadt zu erreichen, um nicht schon dem Nachwuchs den Stempel der Armut aufzudrücken. Drei Kinderrestaurants der Berliner Tafel sollen dafür sorgen, dass Kinder und Jugendliche gesund, gemeinsam und in Ruhe essen können. Täglich kommen laut Sabine Werth etwa 80 - 120 Kinder und Jugendliche in jedes der Kinderrestaurants.

Sie stellte zudem die Aktion Frühstücksbeutel der Tafel vor: in der ersten großen Pause des Tages werden diese mit Essen

und Getränken bestückten Beutel für 20 Cent an die Schüler/innen verkauft. Jede Schule werde allerdings nur ein Mal pro Woche angefahren. Die Tafel möchte den Kindern so vermitteln, wie schön es ist, etwas zu essen zu haben, ohne die Eltern aus der Pflicht zu nehmen.

Die Kinder sind laut Sabine Werth durchaus bereit, Neues auszuprobieren. In der Regel fehle ihnen lediglich der Anreiz. Ziel der Tafel sei es daher, die Kinder immer wieder experimentieren zu lassen, ihnen Kochkurse anzubieten und sie nach ihren Wünschen zu fragen. Sehr anschaulich legte sie die Bemühungen der Tafel dar, den Kindern und Jugendlichen vielfältige Erfahrungen im Bereich der Ernährung zu ermöglichen.

Wie und ob Kinder gut ernährt werden, ist für Sabine Werth eine Aufgabe der gesamten Gesellschaft. Sie hält es nicht für sinnvoll, nur den Eltern, den Schulen oder allein der Politik die Verantwortung zuzuschieben. Schon der ständige Streit über die Verantwortung sei an sich bereits verantwortungslos. Stattdessen müssten alle Beteiligten gemeinsam handeln. Eltern, Lehrer/innen, Krankenkassen, die Politik und die Lebensmittelindustrie stünden gleichermaßen in der Verantwortung. Wichtig sei es, Informationsmängel zu beseitigen und gegebenenfalls fehlende Finanzen bereit zu stellen.

### **Gemeinsam Ernährungsangebote für Alle schaffen!**

Da Kinder schon in frühen Jahren ganz eigene Essensvorlieben entwickeln, sprach sich das Publikum dafür aus, Eltern möglichst von Geburt des Kindes an niedrigschwellige Angebote zu machen. Diese Angebote sollten sich in Kita und Schule fortsetzen. Senatorin Lompscher stellte hierzu ein Projekt des Senats vor, das bereits bei werdenden Eltern ansetzt. Diese werden befragt, zu welchen Themenbereichen, etwa Ernährung und Bewegung, sie Informationsbedarf haben. Anschließend werden sie automatisch mit den entsprechenden Informationen versorgt. Dabei handelt es sich um das Projekt "Natürlich Gesund - Gesunde Ernährung für Neugeborene leicht gemacht".

Kontrovers diskutiert wurde, ob eine Kontrolle der Eltern, beispielsweise in Form von Hausbesuchen durch die Lehrkräfte, der geeignete Weg zu gesunder

Ernährung ist. Silke Bartsch votierte anstelle von vermehrter Kontrolle dafür, Kinder und Eltern in ihren eigenen Bedürfnissen zu unterstützen und zu stärken. Aus dem Publikum wurde zudem die dringend nötige Qualifizierung der Lehrer/innen unterstrichen. Biologie im Allgemeinen und Ernährung im Speziellen sollte zum Thema von Fortbildungen gemacht werden. Ansonsten könnten die Lehrenden das entsprechende Wissen nicht zielgruppengerecht den Schüler/innen näher bringen.

Einigkeit bestand zwischen Podium und Publikum hinsichtlich der Frage, dass eine Verbesserung nur im Zusammenspiel der verschiedenen Institutionen erreicht werden kann. Senatsverwaltungen, Krankenkassen, Schulen, die Zivilgesellschaft und

nicht zuletzt die Familien sind hier gefragt. Statt sich in gegenseitigen Schuldzuweisungen zu ergehen, solle durch gemeinsames Handeln gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche in allen Lebensbereichen befördert werden.

*Stefan Weigand*

*Zum Weiterlesen:*

*Silke Bartsch: Jugendesskultur: Bedeutung des Essens für Jugendliche im Kontext Familie und Peergroup. Reihe: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, BZgA (Hrsg.). Kostenloser Download: [www.bzga.de](http://www.bzga.de)*

*Die HBSC-Studie steht auf den Seiten der SenGUV zum download bereit: [www.berlin.de/imperia/md/content/sen-statistik-gessoz/gesundheits/spezialberichte/hbsco6\\_netz.pdf](http://www.berlin.de/imperia/md/content/sen-statistik-gessoz/gesundheits/spezialberichte/hbsco6_netz.pdf)*

## Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder veröffentlicht

"Kinder müssen für gesunde Ernährung begeistert werden", so Bundesernährungsministerin Ilse Aigner bei der Vorstellung der "Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder" im April. "Das gelingt nur, wenn das Essen gut schmeckt und Kinder genussvolles und gesundes Essen als selbstverständlichen Bestandteil ihres Alltags erleben." Wie es in einer Meldung des Ministeriums weiter heißt, sei man diesem Ziel mit den vorgestellten Standards ein großes Stück näher gekommen.

Im Rahmen des nationalen Aktionsplans IN FORM erarbeitete das Projekt "FIT KID - Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas" in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) die ersten bundesweiten "Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder". Zahlreiche Expert/innen aus

Theorie und Praxis, Referent/innen der zuständigen Länderministerien sowie des Bundesministeriums waren am Abstimmungsprozess beteiligt. Die DGE bekam vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz den Auftrag, Tageseinrichtungen für Kinder bei der Gestaltung und Umsetzung eines optimalen Verpflegungsangebotes zu unterstützen. Ziel ist es, eine vollwertige Ernährung in Kitas zu sichern und Ernährungsbildung in den Kita-Alltag zu integrieren. Die Standards sollen nun als Richtschnur für Verantwortliche und Entscheidungsträger wie Trägerverbände, Kita-Leitungen, pädagogisches und hauswirtschaftliches Personal, Caterer sowie Elternvertreter/innen und Eltern dienen.

Bisher wurden Qualitätsstandards für die Schulverpflegung im Jahr 2007 und Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung im Jahr 2008 veröffentlicht. Die neuen Qualitätsstandards sind nun die dritten Standards, die im Rahmen von IN FORM verabschiedet wurden.

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten des Ernährungsministeriums unter [www.bmelv.de](http://www.bmelv.de).



Die **Qualitätsstandards** für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder finden Sie unter: [www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de)

Die **Qualitätsstandards** für die Betriebsverpflegung stehen unter: [www.jobundfit.de](http://www.jobundfit.de) zum download zur Verfügung.

Die **Qualitätsstandards** für die Schulverpflegung finden Sie unter: [www.schuleplussessen.de](http://www.schuleplussessen.de)

