

## **Gute Bildung – Gesunde Ernährung**

### **Thesen zur Ernährungsbildung**

#### **1. Wer in Familie, Schule und Kindergarten eine gute Ernährung lernt, profitiert sein Leben lang**

Ernährungsweisen und Ernährungsverhalten werden früh geprägt. Im Kindesalter entscheidet sich, wie man sich ein Leben lang ernährt. Eine vernünftige Ernährung fördert die körperliche und geistige Entwicklung und verhindert ernährungsbedingte Krankheiten.

#### **2. Die Ernährungskompetenz in Familien muss gestärkt werden**

Das Wissen über eine gesunde Ernährung, gute Lebensmittel und ihre Zubereitung ist heute keine Selbstverständlichkeit mehr. Und selbst, wo das Wissen vorhanden ist, sehen sich viele Familien häufig nicht in der Lage, die Zubereitung von Mahlzeiten mit guten frischen Zutaten, regelmäßiges Kochen und gemeinsames Essen in einem Alltag mit großen zeitlichen Anforderungen umzusetzen. Dabei sind es nach wie vor die Familien, in denen die Ernährungsvorlieben, Wissen über den Umgang mit Lebensmitteln und Bewegungsverhalten entstehen. Deshalb muss die Ernährungs- und Bewegungsberatung für Familien ausgebaut werden. Gerade die Zeit der Schwangerschaft sowie das Säuglings- und Kleinkindalter spielen eine entscheidende Rolle. In dieser Zeit werden Gesundheit und gesundheitliche Risiken geprägt. Ernährungsberatung soll deshalb zu einem festen Bestandteil der gesundheitlichen Betreuung in der Schwangerschaft und im Kleinkindalter durch Kinderärzte und Hebammen sein. Erfolgreiche Programme aus dem nationalen Aktionsplan „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und Bewegung“ müssen weiter verlässlich unterstützt und ausgebaut werden.

### **3. Ernährungsbildung in der Schule muss verbindlich erfolgen**

Ernährung und Lebensmittel sind zwar schon heute vielfach Thema in den Kindergärten und Schulen. Ernährungsbildung muss aber verbindlich in den Lehrplänen festgeschrieben werden. Wir brauchen Bildungsstandards, die beschreiben, welche Kompetenzen wann erworben sein müssen. Dies kann entweder über ein Schulfach Ernährungs- und Verbraucherbildung umgesetzt oder über die Aufnahme der Inhalte in bereits bestehende Schulfächer erfolgen. Die Einbindung von Praktikern aus der Lebensmittelkette, von Bäckern und Fleischern, Köchen und Landfrauen in Schulprojekte ist sinnvoll. Ernährungsbildung soll optimalerweise in Schulküchen und Schulgärten praktisch umgesetzt werden können. Alle Grundschul Kinder sollen die Möglichkeit haben, einen sog. Ernährungsführerschein zu erwerben.

Wichtige Inhalte der Ernährungsbildung sind Wissen über Inhaltsstoffe, Qualität, Herkunft, Verarbeitung und auch über die richtige Lagerung und Zubereitung von Lebensmitteln. Dazu kommt die Kenntnis über den menschlichen Bedarf und die Bedeutung von Brennwert, Zucker, Fett, Eiweiß, Mineralien und Vitaminen. Die Rolle von Lebensmitteln aus tierischer Herkunft in der menschlichen Ernährung muss objektiv dargestellt werden. Ein Ziel des Unterrichts muss die Steigerung der Risikomündigkeit sein, damit Informationen und Meldungen zu Ernährungsweisen, Inhaltsstoffen, Rückständen oder Dauer der Verzehrtauglichkeit bei Lebensmitteln richtig eingeordnet werden können. Auch gilt es, den Zusammenhang von Qualität und Preis von Lebensmitteln zu vermitteln.

### **4. Zu einer guten Ernährungsbildung gehört Wissen über Landwirtschaft**

Kinder wissen heute nur wenig darüber, wo die Lebensmittel herkommen und wie die Landwirtschaft arbeitet. Schüler sollen deshalb unsere Landwirtschaft kennenlernen und erfahren, wie Lebensmittel hergestellt werden. Wissenschaftliche Erkenntnisse und Fakten über Tierwohl, Tierhaltung und nachhaltige Landbewirtschaftung müssen aktuell und dem jeweiligen Alter der Schüler entsprechend vermittelt werden. Dabei muss auch verdeutlicht werden, dass die Bauern von Landwirtschaft und Tierhaltung leben, Einkommen erzielen müssen und Tier- und Umweltschutz ihren Preis haben. Eine Fach- und Qualitätsprüfung von Schulbüchern und Unterrichtsmaterialien durch die Kultusministerien ist in Zusammenarbeit mit den Landwirtschaftsministerien, Agrarwissenschaftlern und Praktikern sicherzustellen. Schulbuchautoren und Lehrer, die Landwirtschaft im Unterricht behandeln, sollten sich angesichts der Entwicklung auf den Höfen regelmäßig fortbilden. Der Kontakt zwischen Schulen und Landwirtschaft muss insgesamt enger werden. Bauernhof-

tage und die Besichtigung landwirtschaftlicher Betriebe müssen fester Bestandteil des Schulunterrichts werden. Jeder Schüler soll mindestens einmal auf einem Bauernhof gewesen sein. Wer weiß, wieviel Arbeit in der Erzeugung von Lebensmitteln steckt, kann auch ihren Wert besser ermessen und wird sie nicht leichtfertig verschwenden.

## **5. Gutes Schulessen ist realisierbar**

Schüler und Kindergartenkinder, die den ganzen Tag in der Schule oder der Tagesstätte verbringen, brauchen dort ein ausgewogenes, vollwertiges und bezahlbares Mittagessen. Die Schulverpflegung wird immer wichtiger, denn bereits mehr als sechs Millionen Kinder und Jugendliche nutzen schulische Ganztagsangebote. An der Qualität des Schulessens darf es keine Abstriche geben. Qualitätsstandards für die Schul- und Kitaverpflegung, wie sie die Deutsche Gesellschaft für Ernährung ausgearbeitet hat, müssen eingehalten werden und bei Ausschreibungen von Verpflegungsdienstleistungen verpflichtend zugrunde gelegt werden. Zudem sollen soweit möglich saisonale und regionale Lebensmittel verwendet werden.

Ein Meilenstein ist die Einrichtung des neuen „Nationalen Qualitätszentrums für Ernährung in Kita und Schule“, das einen TÜV für gutes Schulessen erarbeitet. Ebenso wichtig ist die verlässliche Weiterfinanzierung der Vernetzungsstellen Schulverpflegung in den Ländern.

Schulverpflegung ist mehr als Essensausgabe. Gemeinsame Mahlzeiten sind eine kulturelle Errungenschaft, die gerade in Zeiten von Fast-Food und To-Go-Speisen von großer Bedeutung ist. Das neue EU-Schulprogramm für Obst, Gemüse und Milch sollte ab dem Schuljahr 2017/18 möglichst in allen Ländern umgesetzt werden. Denn so lernen Kinder schon früh den Geschmack von frischen Lebensmitteln kennen und schätzen.

Gutes Schulessen muss auch bezahlbar sein. Deshalb gilt es, auf Schul- und Kitaessen den verringerten Mehrwertsteuersatz anzuwenden.