Besseres Essen am Schulbuffet: Gesunde Ernährung für Schülerinnen und Schüler

Eine gesundheitserhaltende Ernährung in Schulen soll nicht nur gelehrt, sondern auch aktiv umgesetzt werden. Der Verein Land schafft Leben und Bundesschulsprecherin Flora Schmudermayer betonen die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung für Kinder und Jugendliche. Durch ein nährstoffreiches Speisenangebot am Schulbuffet und eine Vorbildfunktion der Schulen können langfristig die Gesundheit und Lebensführung der Schülerinnen und Schüler verbessert werden.

Bundesschulsprecherin Flora Schmudermayer (links) und Maria Fanninger (rechts) fordern besseres Essen am Schulbuffet (©Land schafft Leben)

Eine gesundheitserhaltende Ernährung soll in der Schule gelehrt und auch gelebt werden, fordern der Verein Land schafft Leben und die Bundesschulsprecherin Flora Schmudermayer.

Das Problem mit dem aktuellen Schulbuffet

Während Wurstsemmerl, Pizzaschnitte und Schokoladecroissant zum Standardangebot vieler Schulbuffets zählen, bilden nährstoffreiche regionale und saisonale Speisen die Ausnahme. Und auch in den Klassenzimmern bekommt das Thema gesundheitserhaltende Ernährung oft nur wenig Raum und spielt im Unterricht eine untergeordnete Rolle. Dabei sei eine ausgewogene, nährstoffreiche Ernährung gerade für Kinder und Jugendliche essenziell, um den Anforderungen des Schulalltages gerecht zu werden und einen Grundstein für die körperliche Gesundheit im Erwachsenenalter zu legen, sagt Maria Fanninger vom Verein Land schafft Leben:

„Kinder und Jugendliche lernen in der Schule viele wichtige Dinge, aber kaum, wie sich unsere Ernährung tagtäglich auf unseren Körper auswirkt. Dabei sollte das genauso selbstverständlich gelehrt werden wie Lesen, Schreiben und Rechnen – und im Übrigen auch am Schulbuffet umgesetzt werden, und zwar mit einem ausgewogenen, nährstoffreichen Speisenangebot, das den Bedarf der Schülerinnen und Schüler auch wirklich deckt, anstatt sie einfach nur kurzfristig satt zu machen. Die Sommerferien bieten eine gute Gelegenheit, um sich damit intensiv auseinanderzusetzen und für das kommende Schuljahr Schritte in die richtige Richtung zu setzen.“

Schule als Vorbild in Sachen Ernährung

Dass die Schülerinnen und Schüler das auch selbst einfordern, ist wenig verwunderlich – schließlich geht es hier um nichts weniger als um ihre eigene Gesundheit. Als Bundesschulsprecherin vertritt Flora Schmudermayer die Stimme der österreichischen Schülerinnen und Schüler, und für sie ist klar:

„Die Schule kann und soll eine Vorbildfunktion einnehmen und Kindern und Jugendlichen zeigen, wie eine vollwertige und gesunde Ernährung aussehen kann – und ihnen so die Basis für eine gute und gesunde Lebensführung geben. Es geht hier aber nicht nur um uns Schülerinnen und Schüler allein. Wir bringen

das Wissen auch nach Hause zu unseren Familien und wirken so als Multiplikatoren. Die Schule erreicht also fast die gesamte Gesellschaft. Das schreibt ihr eine große Verantwortung zu, der sie unbedingt gerecht werden sollte. Gerade dann, wenn es um ein so wichtiges Thema wie Ernährung geht.“

Bundesschulsprecherin Flora Schmudermayer zu Gast im Podcast:

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at