

PROJEKT / Besseres Angebot an Schulen

Gesund, bio und cool – die gute Schuljause

BEZIRK GMUNDEN / Eine gesunde Schuljause, die sowohl gesund und biologisch ist, als auch von den Kindern und Jugendlichen angenommen wird, stand im Zentrum einer Tagung in Wels.

Denn trotz breiten Wissens um gesunde Ernährung gab es noch nie so viel fehler-nährte Kinder und Jugendliche wie heute. Fastfood, zuviel Zucker und Fett oder der völlige Verzicht auf Frühstück und Jause sind in diesem Alter gang und gebe.

Richtiges Essen entscheidet aber maßgeblich über die Leistungsfähigkeit. Der Verzicht auf ein Frühstück bewirkt, dass das Kurzzeitgedächtnis langsamer arbeitet und Fehler macht.

Ein gutes Schulbuffet sollte aus Broten, Weckerln, Aufstrichen, Vollwertsnacks, Obst und gesunden Kleinigkeiten wie Nüssen und Trockenfrüchten bestehen.

Ideale Getränke sind Wasser sowie verdünnte Fruchtsäfte. Ein genauer Praxisleitfaden für interessierte Schulen wird von den Projektbetreibern („gutessen consulting“, „die umweltberatung“, Lebensministerium) demnächst erstellt. Zudem sind regionale Workshops für Buffetbetreiber geplant.

„Die gute Schuljause muss schmecken, verfügbar und leistbar, einfach attraktiv sein. Und das ist machbar“, ist Projektmanagerin Karin Kaiblinger von gutessen consulting überzeugt.

Peter Iwaniewicz zeigt noch einen zusätzlichen Aspekt auf: „Eine Ökologisierung der Schulverpflegung eröffnet regionalen Bio-Produzenten neue Wirtschaftsfelder, spart Transportkilometer und lässt die Wertschöpfung in der Region.“

Erste Pilotprojekte sollen im Herbst starten.