WINDLIN
Journalismus + Kommunikation
mail@sabinewindlin.ch

BILDUNG UND GESELLSCHAFT

Hättenkäse statt Schinkensandwich

«Vor allem Kinder aus bildungsfernen Schichten ernähren sich schlecht»

PUBLIKATION	ZUSAMMENARBEIT	TEXT	DATUM
Neue Zürcher Zeitung	Dirk Kruell (Fotografie)	Sabine Windlin	12.4.2010

HÜTTENKÄSE STATT SANDWICH

Wie der Kreuzzug gegen angeblich «ungesunden» Znüni die Schule, Präventions- und Ernährungsexperten auf Trab hält.

Der Turm, den die Primarschüler aus dem zürcherischen Weiningen bauten, konnte den Gesundheitsexperten nicht gefallen. Dutzende von aufeinandergestellten Würfelzucker ragten gegen den Himmel und veranschaulichten den exorbitanten Zuckergehalt von oft, aber ungern gesehenen Znüni-Produkten wie Farmer, Balisto oder Eistee. Die Kinder, fasste das zuständige Elternforum die Erfahrungen des kreativen Morgens zusammen, seien «geschockt» gewesen über die schädlichen Inhaltsstoffe und hätten sich die Botschaft hinter die Ohren geschrieben: Ab sofort nur noch «gsunde Znüni.»

Der Zuckerturm steht symbolisch für einen seit Jahren geführten Kreuzzug gegen ungesunde Esswaren in den Schulen. Was früher mit der Devise «keine Süssigkeiten in der Schule» oder einem Machtwort des Rektors, der Klassenlehrerin, erledigt gewesen wäre, wird heute landauf landab in Projektwochen, Standaktionen und Workshops bis zum Geht nicht mehr zelebriert. Zur Verfügung stehen tonnenweise Lehrmittel und Anschauungsmaterial, extra angefertigte Znüni-Täschli, Znüni-Ordner, Znüni-Geschichten, Znüni-Comics, Znüni-Flyers, Znüni-Downloads, Znüni-CD-Roms, Znüni-Newsletter, Znüni-Leporellos, Znüni-Quartett und Znüni-Logos. Ein Renner hierbei die von den Schweizer Milchproduzenten verkaufte Znüni-Box, eine Plastikdose die dafür sorgt, dass der gsunde Znüni «hygienisch einwandfrei und unversehrt» in der Schule ankommt.

Warum ein an sich sinnvolles Anliegen in eine gigantische Kampagne ausarten konnte, ist klar: Kein vernünftiger Mensch kann etwas gegen eine gesunde Zwischenverpflegung haben. Im Gegenteil: Die Euphorie ist eidgenössisch flächendeckend und branchenübergreifend. Kantonale Fachstellen für Gesundheitsförderung, Präventionsexperten- und -politiker sowie ein Heer von motivierten Ernährungsberaterinnen begleiten die Schulen auf Mandatsbasis in ihren Projekten, halten Vorträge, helfen beim Aufbau von Pausenkiosken und Saftbars und überbieten sich gegenseitig mit ausgefallenen Ideen. Von Hand kreierte Gemüse- und Früchtemonster, die Nasen aus Grissinistangen und Ohren aus Reiswaffeln tragen, dokumentieren den pädagogischen Anspruch, dass der Pausensnack auch noch Spass machen soll. Mit dem Hinweis auf besonders zahnschonende bzw. saisonale und regionale Verpflegung hat man es sogar geschafft, landwirtschaftliche Beratungsstellen und zähnärztliche Vereinigungen mit ins Znüni-Boot zu holen. Gesundheit ist bekanntlich unser höchstes Gut.

Untermauert und begründet werden die Aktionen mit alarmierenden, empirischen Befunden aus Studien, die besagen, dass in der Schweiz jedes fünfte Kind zwischen 6 und 12 Jahren übergewichtig sei und eines von 14 sogar fettleibig. Darum: Wehret den Anfängen! Auch der neuste Schweizerische Ernähungsbericht bestärkt die Schulen in ihren Bestrebungen und muss von den Bildungsverantwortlichen geradezu als Aufmunterung zu noch mehr Aktionen verstanden werden, zumal deren Autoren «Ernähungserziehung als eine äusserst wichtige Aufgabe der Volksschule» umschreiben und sich überzeugt geben, dass im Kampf gegen die von der WHO diagnostizierte Ausbreitung von Adipositas die Volkschule an vorderster Front gefordert sei. Eine aus der eidgenössischen Ernähungskommission hervorgegangene Arbeitsgruppe Schule und Ernährung mit dem Kürzel AGSE fordert zudem die Aufnahme des Themas Ernährung in den Lehrplan sämtlicher Schulstufen, «wenn nicht als eigenes Lehrfach, wenigstens als Schwerpunkt fächerübergreifend.»

Vor diesem Hintergrund ist es auch verständlich, dass der gesunde Znüni nicht einfach ein gesunder Znüni bleiben kann, sondern von den Experten zum Allerheilmittel hochstilisiert wird, das sämtliche, irgendwie geartete Probleme zu lösen imstande sein soll. Sodann verhilft der Znüni zu «neuen Kräften», «besserer Konzentration», gilt als entscheidender Faktor auf dem Wege zu einer «gesundheitsbewussten Adoleszenz» und ist elementar in der «Prävention von Übergewicht und weiteren Essstörungen.» Im Luzerner, Nid- und Obwaldner Projekt «Znüni Määrt», welches unter dem Motto «gluschtig, xond, frisch» propagiert wird, soll die Einnahme von Knäckebrot und Kohlrabi laut schriftlichen Unterlagen sogar die «Sozialkompetenz stärken», das «Verantwortungsbewusstsein und das Problemlösungsverhalten vertiefen», so dass es wohl nur eine Frage der Zeit ist, bis der Pausenapfel auch noch als probates Mittel in der Suizidprävention gepriesen wird.

Ins Rollen kam die Znüni-Offensive Anfang 90-er Jahre; unter anderem auch deshalb, weil manche immigrierte Kinder (aus Ländern ohne Gesundheitskampagnen) sich die zehn-Uhr-Pause mit Schleckwaren versüssten. Doch statt deren Eltern kurz aufzuklären und sie einerseits mit den gesünderen und hier üblichen Alternativen, und anderseits den unerwünschten dentalhygienischen Folgen vertraut zu machen, nahm man sicherheitshalber gleich die ganze Elternschar ins Visier und liess seither in der Sache nicht mehr locker. Unangefochtenes und darum immer wieder kehrendes Lieblingsmotiv in den breit gestreuten Unterlagen: die allseits bekannte Lebensmittelpyramide.
Spätestens am ersten Kindergartentag ihrer Sprösslinge, und von da an regelmässig, kommen die lieben Erziehungsberechtigten in den Genuss von Vorschlägen, wie sie ihre kleinen Früchtemuffel auf dem Geschmack bringen können: «Apfel oder Birne halbieren, entkernen und in Frischhaltefolie einpacken / Fruchtschnitze und weiche Früchte mit Zitronensaft beträufeln und in Plastikdose verpacken / Darvida mit Frischkäse oder

Avocado als Sandwich anbieten» rät etwa ein Elternforum aus Zürich. Truthahnbrust oder Trockenfleisch stehen als weitere Tipps auf dem Znüni-ABC-Merkblatt, ferner Sonnenblumenkernen, Cashewnüsse oder Gemüsespiessli mit Oliven für vegetarische Schüler. Auf der roten Liste dagegen: Zu Süsses, zu Salziges sowie fettiges Marketingfutter wie Kiri-Dip, Minipic, Joujoux-Chips. Der ständig erhobene Mahnfinger wirkt auf Eltern beeindruckend, um nicht zu sagen einschüchternd. Anders lässt sich nicht erklären, wie ein Zuger Elternforum es fertig brachte, im Hinblick auf einen Schulbesuchstag ernsthaft darüber zu diskutieren, das traditionelle Kuchenbuffet künftig durch eine Auswahl Vollkornbrötchen zu ersetzen. Unter dem gleichen Einfluss steht wohl auch jene Mutter, die morgens beim Einpacken einer Banane plötzlich innehält und dann vom eigenen Sohn zurechtgewiesen wird: Mama, das ist doch verboten!

Man ist geneingt, der schulischen Gesundheitswelle zum Trotz seinem Kind zur Abwechslung mal eine Tüte Paprika Chips und eine Dose Coca Cola in den Schulranzen zu packen und den Frevel augenzwinkernd mit der grosselterlichen Formel zu kommentieren: «S'isch nid gsund, aber guet!»

Interview mit Josef Laimbacher, Chefarzt für Jugendmedizin am Ostschweizer Kinderspital und Mitglied der Eidgenössischen Ernährungskommission

Sie fordern ein intensiveres Engagement der Volksschulen beim Thema Ernährung. Ist das nötig?
Ja, vor allem in der Prävention und Gesundheitsförderung. Denn im Bereich Essen, Trinken und Bewegung liegt noch vieles brach; und zwar auch aufgrund zahlreicher nicht funktionierender Familiensystemen. Viele Eltern sind heutzutage nicht in der Lage, ihre Verantwortung wahrzunehmen. Darum muss hier die Schule mehr tun. Gesundheitsförderung ist sogar eine zentrale Aufgabe der Schule.

Sind die Schulen nicht bereits überaktiv? Unter den Titeln «fit und rank», «rundum fit», «do the milkshake» «Ernährung macht Schule» «Znüni vo de Büüri», «Volldampf statt Kohldampf», «rundum xund», «Kinder im Gleichgewicht» existiert bereits eine Vielzahl von Projekten.
Dies sind einzelne, sicherlich gute Projekte, die auf eine vermehrte Sensibilisierung der Schule in Ernährungsthemen in den letzten Jahren hindeuten und regionalen Charakter haben. Was aber fehlt, ist eine gemeinsame, nationale und klug koordinierte Strategie. Die Schweizer Volksschulen entwickeln sich Richtung Tagesschulen mit Mittagstisch. Die Kinder verbringen also immer mehr Zeit in der Schule. Umso mehr muss dem Thema Ernährung in Zukunft ausreichend Platz eingeräumt werden.

Tatsache ist doch aber, dass im Grunde jeder weiss, wie man sich gesund ernährt, und dass ein Apfel als Zwischenverpflegung gesünder ist als ein Mohrenkopf.
Wissen tun das die meisten Eltern schon, aber es happert bei der Umsetzung. Wir leiden also – wie so oft bei Gesundheitsthemen – nicht an einem Wissensmanko, sondern an einem Umsetzungsproblem. Unser Fokus bei den Aufklärungskampagnen sollte dabei nicht bei den bildungsstarken Schichten liegen, sondern bei den bildungsfernen Niveaus und den Migranten. Diese Gruppen sind auch bei den 40'000 schwer übergewichtigen Kindern, die wir in der Schweiz haben, überdurchschnittlich stark vertreten.

Die schulischen Gesundheitsoffensiven richten sich aber immer an alle Eltern und Kinder. Verfehlen die Botschaften nicht die Zielgruppe?
Wenn ich Vorträge halte zum Thema Ernährung und Prävention wissen 90 Prozent der

Zuhörer auch Bescheid und kommen aus reinem Interesse. Die, die es nötig hätten, sind nicht präsent. Das hat man aber erkannt. Deshalb wurde zum Beispiel das Projekt «Miges Balu» von der Caritas ins Leben gerufen, das sich speziell an Migranten richtet. Prävention muss, wenn sie erfolgreich sein will, pränatal beginnen. Denn Eltern, dies sich ernährungstechnisch jahrelang fehl verhalten haben, sind nicht der Lage, ihr Kind plötzlich gesund zu ernähren.

Manchmal hat man den Eindruck, dass die kantonalen Gesundheitsfachstellen und die vielen involvierten Ernähungsberaterinnen fast mehr von den schulischen Kampagnen profitieren als die Kinder selber.
Dieser Eindruck ist völlig falsch. Gesundheitsförderung ist ein absolutes Minusgeschäft. Klar hat es in den Gesundheitsdirektionen der Kantone entsprechende Fachstellen. Aber sehr vieles, was auf dem Ernährungssektor gemacht wird, ist nur dank dem Engagement der involvierten Leute möglich und hängt stark vom Goodwill des einzelnen Lehrers ab. Und wenn eine Ernährungsberaterin in die Schule geht, verrechnet sie dafür auch kein marktübliches Honorar. Bereichern kann man sich in der Gesundheitsprävention definitiv nicht.

Dennoch ist es bemerkenswert, wie viele Organisationen ihre personellen und finanziellen Ressourcen nur schon in den Dienst der «Gsunde Znüni»-Kampagnen stellen: Es sind dies das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, das Netzwerk Bildung und Gesundheit, die Gesundheitsförderung Schweiz, das Schweizerische Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention und natürlich das BAG. Es gibt sogar eine Basler Znüni-Stiftung.
So kompliziert ist es nicht. Im Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, dem wichtigsten Handlungsarm, läuft zusammen, was vom Netzwerk Bildung und Gesundheit und in der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz propagiert wird. Die Gesundheitsförderung Schweiz wiederum ist eine private Stiftung, und Bildung und Gesundheit ist entstanden aus einer Zusammenarbeit der kantonalen Erziehungs- und Gesundheitsdirektorenkonferenz. Radix, das Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention unterstützt mit seinen Strukturen das Netzwerk.

Resultieren aus den intensiven Bemühungen auch Erfolge? Immerhin verfügt das BAG über ein jährliches Budget von 2,95 Millionen Franken für das Nationale Programm Ernährung und Bewegung.
Das ist eines der grossen Probleme. Wir stehen ganz am Anfang der Aktivitäten und Evaluationen und können noch keinen Wirkungsnachweis erbringen. Dies wird erst in zwei, drei Jahren möglich sein; und auch nur dann, wenn man bereit ist, die nötigen finanziellen Mittel zur Verfügung zu stellen.

Geld hat man stattdessen für Theaterproduktionen wie «Bärehunger» und «Voll fett», die von den Schulen gebucht werden können. Was halten Sie davon?
Hier sind wir wieder im Kreativbereich. Viel wichtiger und wirkungsvoll wäre aber eine schweizweite Strategie, ein Konzept, das mit wissenschaftlichen Grundlagen arbeitet. Deshalb fordere ich auch, Ernährung in den Lehrplan sämtlicher Schulstufen aufzunehmen; nicht als neues Schulfach, sondern als ein Element in bereits bestehenden Fächern. Das würde konkret bedeuten, im Sportunterricht der Oberstufe die Energiebilanz thematisieren. Sogar der Physik- und Chemieunterricht böte Möglichkeiten, das Thema Ernährung auf attraktive Art und Weise abzuhandeln.

Bereits zirkuliert der Begriff der staatlichen Ernährungserziehung. Aber ist Ernährung nicht eigentlich Privatsache?

Nein, nicht mehr. Eltern, Familie, Staat und Gesellschaft sind gleichermassen gefordert.