

ZÜRICH

«Ernährung macht Schule»

Die Schulen der Stadt Zürich gehen mit gutem Beispiel voran – Neu soll das gesamte Verpflegungsangebot an Schulen und Horten der Stadt den Vorgaben einer gesunden und zahnschonenden Ernährung entsprechen. Dies verlangen die neuen Ernährungsrichtlinien der Schulgesundheitsdienste.

Für die vielen Tausend Kinder, die sich täglich in der Pause, beim Mittagstisch und im Hort ernähren, nimmt die Schule eine wichtige Vorbildrolle in Sachen gesunder Ernährung ein. «Dieser Verantwortung sind wir uns bewusst. Darum haben wir Richtlinien zur gesunden Ernährung an der Schule verfasst, die für alle Schulen inklusive Horte und Mittagstische der Stadt Zürich verbindlich sind», betont Stadtrat Gerold Lauber, Vorsteher des Schul- und Sportdepartements der Stadt Zürich. «Unser Ziel ist, das Verpflegungsangebot an Schulen und im Hort gesund, abwechslungsreich und ausgewogen zu gestalten.»



Auf gesunde Ernährung wird zukünftig Wert gelegt
(Foto: Keystone, Archiv)

09.03.2009 15:23

Gesundes Angebot

Bis Ende 2009 sollen Süssgetränke, Süssigkeiten und fettreiche Snacks aus Pausenkiosken durch gesündere Angebote ersetzt werden. Im Hort und am Mittagstisch gehören täglich Früchte, Gemüse, Salat und ungesüsste Getränke auf den Speiseplan. Süssgetränke und gesüsste Desserts sowie fettreiche Fertigprodukte sollen nur noch als Ausnahme auf den Tisch kommen. Aber auch im Klassenlager, an Sporttagen oder an speziellen Schulanlässen ist das Verpflegungsangebot den neuen Ernährungsrichtlinien anzupassen.

Rolle der Schule

Warum soll sich die Schule überhaupt um die Ernährung von Kindern und Jugendlichen kümmern? «Durch die Entwicklung zur Ganztagesbetreuung kommt der Schule neben dem Elternhaus eine immer prägendere Bedeutung für die Heranbildung von Lebens- und Essgewohnheiten zu.

Wer sich als Kind gesund ernährt, hat viel bessere Chancen, dies auch als Erwachsener zu tun», erklärt Stadtrat Gerold Lauber. «Ein gesundes Nahrungsangebot an Schulen ist aber auch ein anerkanntermassen wirksamer Ansatz, um der Epidemie des Übergewichtes bei Kindern und Jugendlichen entgegenzuwirken», ergänzt Daniel Frey, Direktor der Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich. «Ausserdem verbessert eine gesunde Ernährung Konzentration und Leistungsfähigkeit von Schulkindern und trägt wesentlich zu deren gesundem Wachstum