

Aus der Altmark-Zeitung vom 10. Mai 2007

Das dicke Ende kommt später

Übergewichtige Kinder und Jugendliche / Gesunde Ernährung: Lessingschule ist Vorbild

Von Karoline Ahlemann
und Katharina Meyn

SALZWEDEL. In allen Salzwe-
deler Schulen und Tagesstätten
haben die Kinder und Jugendli-
chen die Möglichkeit, ein war-
mes Mittagessen zu sich zu
nehmen. Gesunde und ausge-
wogene Kost stehen auf dem
Plan. Trotzdem ist das Thema
Übergewicht auch in der Han-
sestadt ein Problem. Zu wenig
Bewegung und ein unzurei-
chendes Ernährungsbewusst-
sein sind die Gründe. Die Re-
gierung hat gestern im Kabi-
nett das Fünf-Punkte-Pro-
gramm „Fit statt fett“ be-
schlossen. Union und SPD wol-
len auf diesem Wege den
Kampf gegen Übergewicht und
Fehlernährung vorantreiben.

„Zwei Sportstunden in der Wo-
che sind einfach zu wenig. Ich
finde es gut, dass die Re-
gierung solch ein Programm ver-
abschiedet“, so Claudia Ma-
sach vom Gesundheitsamt des
Altmarkkreises. Die Initiative
„Gesunde Kinder im Altmark-
kreis“, die drei Jahre lang vom
Land Sachsen-Anhalt unter-
stützt wurde, zeigte, dass
Übergewicht und zu wenig
Bewegung auch in der Region
ein Problem sind.

In Sachen gesunde Ernäh-
rung ist die Lessing-Ganztags-
schule das beste Vorbild. Dort
gibt es neben einem warmen
Mittagessen in den fünften und
sechsten Klassen Frühstücksre-
porter, die des Öfteren einen
Blick in die Brotbüchsen ihrer
Mitschüler werfen. Die gesün-
deste Klasse wird mit einem
Preis belohnt.

Die Grundschulen und die
meisten Kindertagesstätten in
der Stadt werden von der
„Pfiß-Versorgung“ mit Essen
beliefert. Dort wird Monat für
Monat ein abwechslungsrei-
cher Speiseplan erstellt: Nu-
deln mit Tomatensoße, Fisch-
stäbchen, Hühnerfrikassee, Ge-



Brötchen, Sandwiches, Donuts, Schokoriegel und Co. sind die beliebtesten Snacks am Kiosk des Jahn-Gymnasiums, wie diese Jugendlichen demonstrieren. Gesunde Sachen landen oft im Abfalleimer, bestätigte die Kiosk-Betreiberin. Foto: Ahlemann

müsesuppe, aber auch süße
Speisen wie Schokoladensu-
pe, Grießbrei und Milchreis.
Zum Nachtisch gibt es oft
Obst, Joghurt oder andere De-
serts. „Wir achten nicht nur
darauf, dass das Essen gesund,
ausgewogen und frisch ist,
sondern auch, dass es den Kin-
dern schmeckt“, so Chef-Ver-
sorger Lothar Prochnow. Bei
der Zubereitung wird ein Auge
darauf geworfen, dass wichtige
Inhaltsstoffe erhalten bleiben
und schädliche gar nicht erst
ins Essen kommen, erklärt
Prochnow weiter. Ihm ist es
wichtig, dass so wenig wie
möglich Dosen-Zutaten ver-
wendet werden. Auch der Ta-
gesbedarf an Jod wird gedeckt.
„Aber nicht nur ein gesundes
Mittagessen ist wichtig. Die El-

tern sollten auch darauf ach-
ten; was sie ihren Kindern mit
auf den Weg geben“, so der
Pfiß-Chef.

Problematischer sieht es bei
den älteren Schülern aus. Wo
die Eltern nicht mehr so sehr
auf die Ernährung ihrer Kin-
der achten, wird in den Pau-
sen gern einmal zu Schokorie-
geln und Co. gegriffen. An der
Berufsbildenden Schule (BBS)
und am Jahn-Gymnasium
sind gesunde Nahrungsmittel
eher unbeliebt. „Wir haben es
schon mit Obst und Gemüse
probiert, aber das landet dann
nur im Abfalleimer“, so Simo-
ne Goretzka, die den Kiosk
am Jahn-Gymnasium betreibt.
Das bestätigte auch Annerose
Rode, stellvertretende Schul-
leiterin der BBS.

„Fit statt fett“

Das Programm:

Mit einem umfassenden Programm wollen Abgeordnete von Union und SPD den Kampf gegen Übergewicht und Fehlernährung vorantreiben. Ernährungskunde soll in die Lehrpläne der Schulen aufgenommen und die Zahl der Sportstunden erhöht werden. Mit ihrem Fünf-Punkte-Plan „Fit statt fett“ will die Regierung die Ernährung und das Bewegungsverhalten der Deutschen bis 2020 nachhaltig verbessern und vor allem den Trend zum Übergewicht bei Kindern stoppen.

Prävention in Salzwedel:

Claudia Masuch ist im Gesundheitsamt des Altmarkkreises für die Gesundheitsförderung zuständig. Sie organisiert in regelmäßigen Abständen Präventionsveranstaltungen zum Thema Ernährung in den Schulen des Kreises und hat eine zusätzliche Ausbildung zur Präventologin absolviert. Geplant sind auch Einzelberatungen und Kurse für Familien mit übergewichtigen Kindern. Claudia Masuch ist unter ☎ (039 01) 84 06 24 zu erreichen.