



Wissenschaftliches Symposium 2019

Dokumentation

30. Januar 2019 | CVJM Düsseldorf | Saal „Paris“
Graf-Adolf-Straße 102 | 40210 Düsseldorf

FRÜHSTÜCK MACHT SCHULE WISSENSCHAFTLICHES SYMPOSIUM 2019

Wird heute noch gefrühstückt? Stärken sich Kinder und Jugendliche, ehe sie morgens das Haus verlassen? Oder wurde die Institution „Frühstück“ komplett in die Schule verlegt? Und: Welche Bedeutung hat das Frühstück für den Schulalltag? Mit diesen und ähnlichen Fragen befasste sich das Symposium „Frühstück macht Schule“ am 30. Januar 2019 in Düsseldorf.

In Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen hatte das Verbraucherschutzministerium Wissenschaftler, Multiplikatoren sowie Vertreterinnen und Vertreter aus der Praxis eingeladen, um kulturelle, ernährungsphysiologische und soziale Komponenten des Frühstücks zu diskutieren.

Fakt ist: Knapp ein Viertel der Kinder und Jugendlichen frühstückt an Schultagen nicht zu Hause. Mit zunehmendem Alter vergrößert sich dieser Anteil, zeigt die KIGGS-Studie des Robert-Koch-Instituts. Das kann durchaus Konsequenzen für die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit im anstrengenden Schulalltag haben: Ein fehlendes Frühstück ist auch über den Tag hinweg nur schwer zu kompensieren.



„NICHT NUR IN MATHE, SONDERN AUCH IN DER ERNÄHRUNG MUSS DAS KLEINE EINMALEINS VERMITTELT WERDEN.“

Ursula Heinen-Esser, Ministerin für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz, NRW

Nach der Begrüßung der Symposiumsgäste lieferte ein Gespräch mit Ursula Heinen-Esser, Ministerin für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz in NRW und Wolfgang Schuldzinski, Vorstand der Verbraucherzentrale NRW, erste Impulse sowie eine kurze Einführung in die Thematik:

„Heranwachsende verzichten mit steigendem Alter aus unterschiedlichen Gründen aufs Frühstück. Doch solange alle unter einem Dach leben, geben Eltern und Bildungseinrichtungen den Rahmen vor, in dem Kinder und Jugendliche die erste Mahlzeit des Tages zu sich nehmen. **Abwechslung, kreative Ideen, Engagement und der Wille zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung sind gefragt**, um Schülerinnen und Schülern ein attraktives und ausgewogenes Schulverpflegungsangebot zu bieten“, umriss Schuldzinski das Ziel des Fachaustauschs und forderte: „Dreh- und Angelpunkt bleibt weiterhin, dass das künftige Angebot an Snacks und Energielieferanten zum Start in den Tag und zur Stärkung während des Vormittags am bereits 2007 vorgelegten Qualitätsstandard für die Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) ausgerichtet wird und gleichzeitig bei der jungen Zielgruppe ankommt.“

„Um Schulverpflegung insgesamt zu verbessern, müssen alle an einem Strang ziehen. **Dabei beginnt gesunde Ernährung nicht erst in der Schule, sondern bereits zu Hause.** Viele Kinder kommen, ohne gefrühstückt zu haben und ohne Pausenmahlzeit in die Schule. Was aufs Pausenbrot kommt, sollten die Kinder durchaus mitentscheiden. Dies ist dann auch ein guter Anlass, um über Ernährung zu reden“ sagte Heinen-Esser – und unterstrich noch einmal die Verantwortung der Eltern: „Wenn Eltern ihren Kindern nur Geld für den Schulkiosk mitgeben, geben sie damit auch die Ernährungsbildung ein Stück weit aus der Hand.“



VIER REFERENTEN – VIER SCHWERPUNKTE

Den Anfang machte **Prof. Dr. Johann Christoph Klotter** von der Hochschule Fulda, der über das „**Frühstücksverhalten von Kindern und Jugendlichen**“ referierte – und wie es sich gesundheitsförderlich beeinflussen lässt. Er führte einige empirische Daten auf, ehe er auf mögliche gesellschaftliche Ursachen des von ihm konstatierten veränderten Frühstücksverhaltens zu sprechen kam – sowie auf die unterschiedlichen Faktoren, die die Häufigkeit des Frühstücks beeinflussen. Im Anschluss sprach er über die Effekte des Frühstücksverhaltens und über das große Thema Gesundheitsförderung.

„**Wer die Wahl hat, hat die Qual?**“ fragte **Dr. Ute Alexy** von der Universität Bonn und bewertete das Frühstück aus ernährungsphysiologischer Sicht. Sie verglich den Soll-Zustand (Warum und was Kinder und Jugendliche frühstücken sollten) mit dem Ist-Zustand (Wie viele von ihnen tatsächlich frühstücken und was sie zu sich nehmen) und kam unter anderem zu dem Fazit, dass erhöhtes Übergewichtsrisiko unmittelbar mit dem Verzicht aufs Frühstück zusammenhängt. Doch sollten Interventionen nicht nur auf die Quantität, sondern auch auf die Qualität des Frühstücks zielen, besonders im Hinblick auf Gemüse und Obst.



Programmvorstellung



Fragen und Antworten

Schule – Frühstück – Lifestyle: Mit diesem, in seinen Augen „prekären Dreiecksverhältnis“ befasste sich **Prof. Dr. Gunther Hirschfelder** von der Universität Regensburg. Anhand plakativer Bilder referierte er über die Esskultur der Gegenwart mit ihren Verhaltensunsicherheiten und diversen Bewältigungsstrategien und erläuterte, wie Ernährungsbildung im Digitalzeitalter funktioniert – von Kochvideos über Ernährungsblogs bis zu Influencer-Clips auf YouTube oder Dokus auf Netflix. Schließlich ergibt sich genau daraus der Informationskosmos der Schülerinnen und Schüler!

Nach der Mittagspause mit einem kleinen Imbiss war „**Frühstück für alle?**“ die – eher rhetorische – Frage, die **Dr. Simone Weyers** von der Universität Düsseldorf sich und dem Plenum stellte. In ihrem Vortrag zu sozialer und gesundheitlicher Chancengleichheit kam sie zu dem Ergebnis, dass in Fragen der Ernährung aufgrund psychosozialer, ökonomischer und soziostruktureller Faktoren natürlich soziale Ungleichheiten zu beobachten sind – und dass sich diese Ungleichheiten auch auf die Einnahme des Frühstücks erstrecken. Deshalb forderte sie Interventionen zur Förderung gesunder Ernährung, die sich sensibel auf den jeweiligen Sozialstatus einstellen – um so eine gesundheitliche Chancengleichheit zu begünstigen.



100 TEILNEHMER – 1000 IMPULSE

Nach der geballten Wissens- und Informationsvermittlung der vier Referenten wurde es am Nachmittag noch einmal richtig lebhaft – Zeit für die interaktive Podiumsdiskussion! Fast zwei Stunden lang konnten sich die über 100 Symposiumsgäste mit den Podiumsteilnehmern Prof. Dr. Johann Christoph Klotter von der Hochschule Fulda, Dr. Susanne Klammer vom Gesundheitsamt Dortmund, Birgit Völxen als Vertreterin der Landeselternschaft der Grundschulen, Ursula Tenberge-Weber von der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW sowie Klaus Heesen, Schulleiter der Städtischen Maria-Montessori-Gesamtschule Meerbusch, austauschen.

Und das Fazit am Ende eines anregenden, informativen und inspirierenden Tages? Ganz klar: spannende Impulse, neue Ideen und zahlreiche Denkanstöße und Handlungsansätze für die Zukunft des Schulfrühstücks!



Interaktion



Ideen



Impulse