



Die Schulzeit ist durch eine stetige Entwicklung und körperliches Wachstum gekennzeichnet. In diesem Alter entstehen auch bestimmte Ernährungsgewohnheiten wie Vorlieben oder Abneigungen für bestimmte Lebensmittel oder auch das Einhalten oder Weglassen bestimmter Mahlzeiten.

Das Ernährungsverhalten der Kinder hat dabei sowohl langfristige aber auch kurzfristige Auswirkungen. Die langfristigen Auswirkungen zeigen sich ...

... in der zunehmenden Übergewichtsproblematik. Bereits jedes 5. Kind im Alter zwischen 6 und 14 Jahren in Wien ist übergewichtig. Bereits jedes 10. Kind ist krankhaft übergewichtig. Die kurzfristigen Auswirkungen eines ungesunden Ernährungsverhaltens spiegeln sich vor allem in der Leistungsfähigkeit der Kinder wider. Trinken die Kinder zu wenig oder ungeeignete Getränke kann sich dies erheblich auf die Leistung in der Schule auswirken. Dasselbe gilt auch für den Konsum einer Vormittagsjause. Die Kinder können dem Unterricht nicht aufmerksam folgen und müssen dem entsprechend am Nachmittag mehr Zeit für das Lernen investieren.

Um noch mehr zu einer gesunden Ernährungsweise der Kinder beizutragen, beteiligte sich die Schule deshalb ab dem Schuljahr 2009/10 am zweijährigen Präventionsprojekt „Schuljause mit Vorrang“. Das Projekt wurde aus den Mitteln des Fonds Gesundes gefördert und von Rauch Fruchtsäfte unterstützt.

Zwei Jahre lang wurde ein schulinternes Projektteam vom präventivmedizinischen Institut *SIPCAN save your life* unter der Leitung von Dr. Manuel Schätzer professionell betreut. Das gemeinsame Ziel war die Optimierung des Speisen- und Getränkeangebots am Schulbuffet und an Getränkeautomaten sowie die Ernährungs- und Trinkgewohnheiten der SchülerInnen, unter Einbeziehung der Eltern, im Schulalltag zu verbessern.

Als gelungener Start in das Projekt wurden von den Kindern der ersten Klassen gesunde Schulweckerln kreiert und die besten Entwürfe vom Schulbuffet umgesetzt. Für eine bessere Identifizierung bekam jedes Weckerl auch einen eigenen Namen. Damit viele SchülerInnen die Weckerln ausprobierten, wurden diese mit zu sehr günstigen Aktionspreisen eingeführt.