

Kurier (Printausgabe) Seite 21, 23.06.2014

Und wer erkennt jetzt das Frühkraut?

VON SUSANNE LINTL

Gesund essen.
Wenn es ums Gemüse geht, haben Kinder große Wissenslücken – das zeigte ein Ausflug mit Wiener Kindern zum Biohof Adamah.

Der Fenchel, das unbekannteste Gemüse-Wesen: „Ist das Dille?“, fragen die Kinder mit großen Augen und sind erstaunt, dass die vermeintliche Dille dicke Knollen unten dran hat. Aber gut, Fenchelknollen sind nicht so leicht zu erkennen. Viel schlimmer erscheint, dass die Schüler des Schulzentrums Friesgasse aus Wien-Fünfhaus nicht wissen, wie Krauthappeln aussehen. Die sollten in Form und Farbe doch klar identifizierbar sein.

Ein Ausflug mit Wiener Schulkindern zum Biohof Adamah im Marchfelder Ort Glinzendorf ist ein kleines Aha-Erlebnis in Sachen Ernährungswissen: Für viele Stadtkinder ist es eine Premiere zu sehen, wo das, was ihre Eltern beim Billa oder Spar einkaufen, herkommt. Interessiert stehen sie auf den weiten Feldern und betasten die Häuptel, kosten dann vorsichtig ein Stück Krautblatt. „Das schmeckt gut“, sind sich die Kinder einig. Biobauer Elmar erklärt den Zwölfjährigen inzwischen, welche feinen Sachen man aus dem knackfrischen Gemüse zubereiten kann.

Alarmierend

Der Ausflug zum Biohof Adamah ist Teil des Eddy-Projekts, einer Studie des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE) zum Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen. Rund 200 Jugendliche nehmen an der Studie teil, Leiter ist der renommierte Ernährungs-



„Wer weiß, was das ist?“ Biobauer Elmar macht auf freiem Feld den großen Krauthappel-Test – mit erschreckendem Ergebnis

mediziner Univ.-Prof. Kurt Widhalm. Ein Jahr lang werden die 11- bis 13-Jährigen vom Eddy-Team begleitet: „Die ersten Untersuchungen brachten alarmierende Ergebnisse hinsichtlich des Ernährungsbewusstseins der

Jugendlichen“, sagt Widhalm. Nur 25 Prozent der Kinder seien gut informiert darüber, was gesundes Essen ausmache. Die Folgen für die Gesundheit des Einzelnen wie auch für das Gesundheitssystem seien fatal. „Wir brauchen dringend gezielte Maßnahmen.“

Im Gespräch mit den Schülern sieht sich Widhalm bestätigt. Ein Bub erzählt ihm, lustlos am Bio-Vollkornweckerl mit Schinken kauend, dass er „jeden Tag zu McDonald's geht“. Dort kriegt er „eh einen Apfel zum McMenü dazu“. Das sei doch gesund, oder?

Bis Spätherbst sollen die Befragungen und Untersuchungen abgeschlossen sein, dann werden die Daten wissenschaftlich ausgewertet. Dass noch viel Erziehungsarbeit zu tun bleibt, ist jetzt schon klar. Widhalm: „Die Vorbeugung von Adipositas sollte fixer Bestandteil des Unterrichts werden. Schon im Kindesalter werden die Verhaltensweisen geprägt, die für den Rest des Lebens erhalten bleiben.“ Etablierte Ernährungsgewohnheiten zu ändern, sei danach „genauso schwer, wie die Religion zu wechseln“.



Univ.-Prof. Kurt Widhalm bei der gesunden Jause mit den Kindern

Ambitioniert: Die Projektstudie Eddy

Initiative des Herzfonds
Das ÖAIE führt auf Initiative des Österreichischen Herzfonds erstmals eine standardisierte und evaluierte Studie zum Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen durch. Eddy

(Effects of sports and diet trainings to prevent obesity and secondary diseases and to influence young children's lifestyle) fördert mit Vorträgen das gesunde Ess-, aber auch das Bewegungsverhalten der Kinder.