

– Sperrfrist: 24.09.2008, 12.30 Uhr –

*Es gilt das  
gesprochene Wort*

**Rede des Bayerischen Staatsministers für  
Unterricht und Kultus, Siegfried Schneider,  
anlässlich der Bio-Brotbox-Aktion am  
24. September 2008 in München**

---

Gesundes Essen  
und Trinken –  
Grundlage für  
Leistung im Sport

...

**„Der Mensch ist, was er isst!“**

Unter uns sind mit Sicherheit viele Sportler und Sportbegeisterte. Die haben bei diesem Zitat bestimmt innerlich genickt! Denn gerade sie wissen: **Gesundes Essen und ausreichendes Trinken gibt Energie und Power für sportlichen Erfolg!**

Das ist nicht nur wissenschaftlich erwiesen. Das bestätigt auch jeder Spitzensportler – ob Fußballer oder Marathonläuferin. Wer nicht genug und nicht das Richtige isst und trinkt, riskiert einen Leistungseinbruch.

... und in der  
Schule

**Doch auch, wer keine sportlichen Höchstleistungen vollbringt, braucht Kraft und Energie, um fit durch den Tag zu kommen.** Das gilt gerade für Schülerinnen und Schüler. Denn auch für einen Schultag ist gute Kondition gefragt. Schließlich möchte jede und jeder sein Bestes geben.

- ▶ Um auf Touren zu kommen, braucht der Körper ein ordentliches Frühstück.
- ▶ Um auf Touren zu bleiben, braucht er an einem Schultag auch zwischendurch Energieschübe – und zwar durch gesunde Zwischenmahlzeiten in den Pausen.

Hand aufs Herz: Wer nimmt sich wirklich jeden Tag genug Zeit fürs Frühstück? Wir wissen aus Umfragen, dass sehr viele Kinder und Jugendliche ohne Frühstück aus dem Haus gehen, weil sie dann länger schlafen können oder weil sie so früh noch nichts essen und trinken wollen.

Umso wichtiger sind die Essens- und Trinkpausen zwischendurch! **Dabei kommt es nicht nur darauf an, dass man isst, sondern vor allem, was man isst!** Trotzdem gilt das gesunde Pausenbrot bei manchen als „uncool“. Vollkommen zu Unrecht! Das Pausenbrot hat ein besseres Image verdient, denn es bringt wertvolle Energie für den ganzen Schultag. Und es bringt Abwechslung – der Fantasie bei der Zubereitung sind keine Grenzen gesetzt!

Deshalb freue ich mich sehr über die Bio-Brotbox-Aktion! Schon seit drei Jahren begeistert die Aktion die ABC-Schützen – mittlerweile überall in Deutschland. Die Brotbox macht Kindern Appetit und bringt die Eltern auf Ideen für ein gutes Pausenbrot. So wird die gesunde Zwischenmahlzeit schon ab der ersten Klasse zu einer Selbstverständlichkeit.

**Die Bio-Brotbox-Aktion leistet damit einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen.**

Dank

**All denjenigen, die diese Aktion ermöglichen und organisieren, danke ich sehr für ihr Engagement!**

- ▶ Ich danke der **Hofpfisterei München** sowie den übrigen beteiligten Unternehmen und Sponsoren.
- ▶ Ich danke dem **Asam-Gymnasium** und den **700 Schülerinnen und Schülern**, die heute in einem wahren Verpackungsmarathon sage und schreibe 24.000 Boxen und Trinkflaschen packen für die „Zwergerl“ in den Grundschulen von München und im ganzen Landkreis. Das ist in Deutschland einzigartig!
- ▶ Und ich danke den **Lehrkräften**, die die Brotboxen an ihren Schulen verteilen und mit

der Gesundheitserziehung in ihrem Unterricht verknüpfen.

Gesundheitserziehung: gemeinsam und mit allen Sinnen

**Gesundheitserziehung ist eine echte Gemeinschaftsaufgabe.** Wenn dabei die ganze Schulfamilie, wenn Öffentlichkeit und Wirtschaft an einem Strang ziehen, dann können wir viel bewirken.

Die Bio-Brotbox-Aktion liefert den Beweis!

**Die Aktion zeigt vor allem: Lernen ist nicht nur Kopfsache. Wir lernen auch mit Herz, Hand und mit allen Sinnen!** Deshalb verbindet sich die Bio-Brotbox-Aktion ganz hervorragend mit unseren bayerischen Initiativen für die gesunde Ernährung unserer Kinder und Jugendlichen.

Bayerische Initiativen zur Gesundheitsförderung

- ▶ Ernährungswettbewerb S.P.I.C.E.

Lassen Sie mich ein paar **Beispiele** nennen:

- ▶ Erst gestern habe ich gemeinsam mit Gesundheitsminister Dr. Otmar Bernhard auf dem Zentralen Landwirtschaftsfest hier in München die **Gewinner des Ernährungswettbewerbs S.P.I.C.E.** ausgezeichnet. Prämiert wurden die **10 besten gewerblichen Schulkioske mit gesundheitsfördernden Angeboten.** Über mangelnde Nachfrage kann sich keiner der Kioske beklagen, ganz im Gegenteil!

Übrigens fördert das Gesundheitsministerium schon seit 2002 das **Projekt „Essen was uns schmeckt – Schüler gründen eine Schulcafeteria“** mit bis zu 4.000 Euro.

Dabei gestalten die Schülerinnen und Schüler das Angebot für Pausen und

Mittagsverpflegung aktiv mit. Denn sie wissen selbst am besten, was ihnen schmeckt. Bei meinen Schulbesuchen bin ich immer wieder davon beeindruckt, mit wie viel Engagement und Kreativität die Schülercafeterien arbeiten!

► „Voll in Form“

► Ganz neu in diesem Schuljahr ist unsere **Initiative „Voll in Form“ an allen bayerischen Grundschulen**. Unter der Devise „täglich bewegen – gesund essen – leichter lernen“ gibt es für die Kinder auch an Tagen ohne Sportunterricht Bewegungsphasen von mindestens 20 Minuten. Die Lehrkräfte achten verstärkt darauf, dass die Kinder gesunde Pausenbrote essen. Natürlich spielt der Austausch mit den Eltern eine tragende Rolle. Denn schließlich endet gesunde Ernährung nicht an der Schultür!

► Weitere Hilfe für die Schulen

► Darüber hinaus **stehen wir den Schulfamilien und den Sachaufwandsträgern mit gutem Rat zur Seite** – auch in enger Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern. So gibt unser

**Leitfaden „Empfehlungen zur Schulverpflegung“** wertvolle Hinweise für die Entwicklung individueller Schulverpflegungskonzepte. Hilfe und Beratung finden Sachaufwandsträger, Schulen und Eltern auch bei den neu eingerichteten **Vernetzungsstellen Schulverpflegung der Verbraucherzentrale Bayern**. Auf die intensive Einbeziehung der Eltern und aller schulischen Partner setzen wir ebenfalls in unserem neuen **„Landesprogramm gute gesunde Schule Bayern“**.

Wir fördern umfangreiche und vielfältige Initiativen zur Ernährungsbildung in unseren bayerischen Schulen. Denn wir haben erkannt:

**Ernährungsbildung hat nur dann dauerhaften Erfolg, wenn sie in ein umfassendes Bildungsangebot eingebettet ist** – und wenn auch außerschulische Partner mit im Boot sitzen.

Gute Wünsche für die Bio-Brotbox-Aktion

***„Sag mir, was du heute isst und trinkst, und ich sage dir, wie's dir morgen geht.“***

Das könnte auch das Motto der Bio-Brotbox-Aktion sein. Wer von klein auf sinnvolle Bewegungs- und Ernährungspausen in seinen Schultag einbaut,

trifft die beste Vorsorge für ein gesundes Leben. Dazu ermuntert die Bio-Brotbox-Aktion unsere Erstklässler. Und ich bin mir sicher: Sie erinnert auch die „Großen“, zum Beispiel unsere 700 fleißigen Packerinnen und Packer, daran, wie gut ein leckeres Pausenbrot tut!

Ich wünsche der Bio-Brotbox-Aktion viel Erfolg auch über die Aktionstage hinaus!