Gesundheitsfördernde Hochschule: Ernährung, Versorgung, Nachhaltigkeit

Fachtagung in Fulda

„Die Ernährungsqualität an Hochschulen ist ein vernachlässigtes Thema, und das, obwohl nirgendwo sonst das Expertenwissen rund um Ernährung und Versorgung derart gebündelt ist“, gab Prof. Dr. Klaus Stegmüller, Projektleiter des Forschungs- und Entwicklungsprojekts „Gesundheitsfördernde Hochschule Fulda“ auf der Fachtagung des bundesweiten Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen (AGH) und des vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) geförderten Forschungs- und Entwicklungsprojekts „Gesundheitsfördernde Hochschule Fulda“ zu bedenken.

Ausgangssituation

Warum das Thema für Hochschulen relevant ist, erläuterte Angela Reichelt, Koordinatorin des Projekts „Rund 400.000 junge Menschen beginnen jährlich das Studium. Sie verlassen zum größten Teil ihr Elternhaus und müssen erstmals vollkommen allein entscheiden, wie sie sich ernähren.“ Die Hochschule könne mit ihrem Speisen- und Informationsangebot entscheidend auf das Essverhalten der Studierenden einwirken. „Die Studierenden sind die Führungskräfte, Entscheidungsträgerinnen und -träger, Lehrerinnen und Lehrer und auch die Eltern von morgen. Sie können auf diese Weise ihre Erfahrungen in den unterschiedlichsten gesellschaftlichen Bereichen einbringen.“ Studierende seien an einer Qualitätsverbesserung des Mensaangebots interessiert. Nach neuesten Ergebnissen einer Umfrage an der Hochschule Fulda befürworten Studierende frische Lebensmittel, eine schonende Zubereitung und die Verwendung saisonaler Lebensmittel in der Mensa. „Mehr als die Hälfte unserer Studierenden würden häufig auf biologisch erzeugte, fair gehandelte, regionale und saisonale Speisenangebote zurückgreifen – und das trotz des höheren Preises!“, sagte Reichelt. Neben dem Gesundheitswert spielten nachhaltige Aspekte bei der Lebensmittelauswahl eine wichtige Rolle.

Doch nicht nur die Studierenden sind als Zielgruppe denkbar. Hochschulen bilden auch die Lebens- und Arbeitswelt von Mitarbeitern in Verwaltung, Technik, Versorgung und Forschung ab. Deren Bedürfnisse müssten ebenfalls in den Diskurs um die Ernährungsqualität an Hochschulen eingehen. Die Vorteile liegen auf der Hand: Neben langfristig präventiven Effekten kann eine ausgewogene Ernährung auch kurzfristig das Wohlbefinden steigern. „Gesunde Kost trägt dazu bei, die Konzentration und Aufnahmefähigkeit zu steigern, die Leistungsbereitschaft zu erhöhen und das Lebensgefühl zu verbessern“, fasste Reichelt zusammen.

Herausforderungen

Warum also folgen diesen Erkenntnissen bisher kaum Taten? „Es gibt zwei zentrale Hürden an Hochschulen: Die Größe der Organisation mit ihren unterschiedlichen Disziplinen, Fachbereichen und Organisationseinheiten und die Heterogenität ihrer Mitglieder“, veranschaulichte Stegmüller die Fallstricke und Herausforderungen auf dem Weg zu einer ernährungsbewussten Hochschulkultur.

Prof. Dr. Christoph Klotter, Ernährungspsychologe und Experte für Ernährungskommunikation, betonte in diesem Zusammenhang, dass die Kunden der Mensa, die Betreiber sowie Ernährungs- und Gesundheitsexperten eine gemeinsame Verständigungsebene finden müssten. Das Wort „Gesundheit“ dürfe nicht im Vordergrund stehen, da es möglicherweise Aversionen auslöse. Menülinien mit der Kennzeichnung „Fit“ oder „Gut fühlen“ seien passendere Botschaften. „Häufig begehen Ernährungsexperten den Fehler, mit dem erhobenen Zeigefinger zu erläutern, was gesund ist und was nicht. Die Kunden von Mensen möchten ihr Essen aber in erster Linie genießen, ohne ständig ein schlechtes Gewissen zu haben.“ Als Folge einer unbedachten Ernährungskommunikation entstünden Trotzreaktionen, die unerwünschte Verhaltensweisen sogar noch begünstigten.

Hinzu kommen Leistungsdruck, Arbeitsverdichtung, der zunehmende Konkurrenzdruck, eine unzureichend entwickelte Partizipationskultur sowie mangelnde Transparenz über Abläufe, Entscheidungen und Zuständigkeiten, die gesundheitsförderlichen Aktivitäten entgegen stehen und die Akzeptanz erschweren. „Wenn es um das Thema Ernährung geht, wird viel zu häufig an Verhaltensänderungen auf Personenebene angesetzt“, kritisierte Stegmüller, „wenn ein ausgewogenes und nachhaltiges Ernährungsangebot jedoch selbstverständlich wird, dann müssen sich die Mitglieder der

Studenten wünschen sich ihr Mensaessen gesund und nachhaltig. Hier ist die Hochschule in der Pflicht, meinen Fachleute.

Foto: fotolia/Thorsten Schmitt

Hochschulen nicht mehr überwinden, ihr Verhalten zu ändern. Sie ändern es von selbst, indem sie täglich in der Mensa essen."

Der Umweltrechtler Prof. Dr. Schrader benannte eine weitere Herausforderung: Das Spannungsfeld zwischen Ökonomie und Qualität. „Die Ökonomie drückt, obwohl Nachhaltigkeit und Gesundheitsförderung bei den Konsumenten gefragt sind." Der Preis sei häufig wichtiger als die Qualität – gerade bei Studierenden. Das bestätigt auch die 19. Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks (DSW). Mensen seien jedoch öffentliche Unternehmen, die mehr als nur auf das wirtschaftliche Überleben schauen sollten: „Ein Gleichgewicht schaffen zwischen Ökonomie, Ökologie und Sozialem hat oberste Priorität", forderte Schrader. Um eine nachhaltige Entwicklung zu fördern, sollten bereits beim Bau der Mensa entsprechende Weichen gestellt werden. Später müsse Nachhaltigkeit in der gesamten Wertschöpfungskette, also vom Einkauf der Zutaten über die Mahlzeitenproduktion und Essensausgabe bis hin zur Entsorgung, eine übergeordnete Rolle spielen.

Chancen

„Wir in Fulda haben die Chance, ganz neu zu beginnen". Prof. Dr. Anja Kroke, ebenfalls Leiterin des Projekts in Fulda und Moderatorin der Tagung, verdeutlichte, dass mit dem geplanten Mensaneubau in Fulda optimale Voraussetzungen bestünden, um eine nachhaltige Ernährungsversorgung auf den Weg zu bringen.

Prof. Dr. Stephanie Hagspihl stellte das zugehörige gesundheitsförderliche Mensakonzept für den Standort vor. Ressourcensparende Verfahren in Großküchen sowie Nachhaltigkeit in der Gemeinschaftsverpflegung sind Hagspihls Forschungs- und Lehrgebiete an der Hochschule Fulda. „Die neue Mensa soll aktuelle Trends berücksichtigen, von den Hochschulmitgliedern akzeptiert werden und eine nachhaltige Entwicklung fördern." Unter anderem sei eine Küchenausstattung angedacht, die eine hohe Verarbeitungstiefe vor Ort ermögliche. So soll den Wünschen nach frisch zubereiteten Speisen Rechnung getragen werden. „Lange Warmhaltezeiten führen erwiesenermaßen zu einem enormen Qualitätsverlust, den wir möglichst minimieren möchten", sagte Hagspihl. Daneben sei eine ansprechende, kundenorientierte Präsentation der Mahlzeiten geplant mit einem breiten Informationsangebot zu den Speisen. Show-Cooking mache die Essenszubereitung transparent und schmackhaft. Eine Café-Lounge runde das Konzept ab: „Das Ambiente unserer Mensa soll dazu einladen zu verweilen, zu kommunizieren und mit Genuss zu essen."

Fazit

Hochschulen eignen sich, dank der settingspezifischen Potenziale wie Netzwerke und Kooperationen ganz besonders für die Umsetzung einer nachhaltigen Versorgung. Manche Teilnehmer der Tagung nannten es sogar die „Pflicht" von Hochschulen und Mensabetreibern, Verantwortung zu übernehmen und ihrer Vorbildfunktion gerecht zu werden.

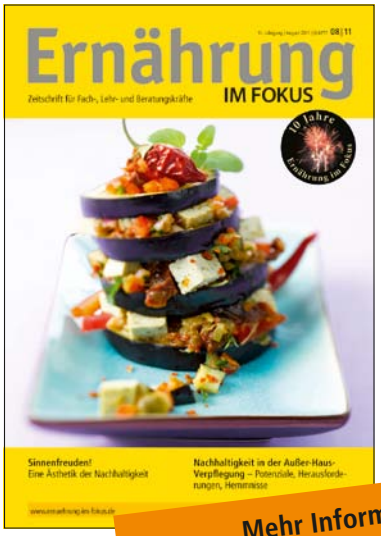
Die Studierenden jedenfalls wünschen sich eine höhere Essensqualität, auch wenn der Preis eine wichtige Komponente bleibt. Daher muss ein Gleichgewicht zwischen Ökonomie, Ökologie, Sozialem und Gesundheitsförderung hergestellt werden. In Fulda beispielsweise würden 30 Prozent der Studierenden bis zu 0,50 Euro und 25 Prozent bis zu 1,00 Euro mehr für eine nachhaltige Verpflegungslinie bezahlen. Über die Hälfte wäre bereit, öfter auf Fleisch und Fisch zu verzichten und kleinere Portionen zu akzeptieren, damit nachhaltige Produkte ohne nennenswerten Mehrpreis angeboten werden könnten. Demnach geht es nicht um ein Entweder-oder, sondern um die Vereinbarkeit von Kundeninteressen, Wirtschaftlichkeit und der Notwendigkeit, sozialökologische Verantwortung zu übernehmen.

Bestehende Hürden sind überwindbar. Grundlegend dafür scheinen Transparenz und Kommunikation über die Statusebenen hinweg zu sein. Werden alle Beteiligten in die Planung der Ernährungsversorgung einbezogen, ist von einer hohen Akzeptanz auszugehen. An der Hochschule Fulda scheinen die Bedingungen für eine an nachhaltigen Gesichtspunkten orientierte Ernährungsversorgung mit dem Mensaneubau optimal.

Doch auch in bestehenden Mensen und Cafeterien lässt sich die Küchenausstattung auf ihre Nachhaltigkeit überprüfen und anpassen. Frische, ökologische, regionale und saisonale Zutaten können konventionelle Zutaten ergänzen oder ersetzen. Und wer denkt, in einer gesundheitsfördernden und nachhaltig orientierten Hochschule gäbe es nur noch Salat, liegt falsch. Schnitzel mit Pommes darf es trotzdem geben – aus Fleisch vom Bauern nebenan und mit selbst gemachten Pommes aus ökologisch erzeugten Kartoffeln aus der Region. ■

Gianna König, Anja Kroke,
Hochschule Fulda

Dieser Artikel stammt aus *Ernährung im Fokus 08/11*



Mehr Information:
www.ernaehrung-im-fokus.de