



Zuletzt aktualisiert: **07.03.2012 um 20:16 Uhr** (Kommentare)

## So gesund kann Schule sein

Die Fachschule Maria Lankowitz ist Vorreiter in puncto gesunder und regionaler Küche.

Gesunde Ernährung und Schulbuffets müssen sich nicht automatisch ausschließen. Das beweist vor allem die Fachschule für Land- und Ernährungswirtschaft Maria Lankowitz - St. Martin. Auf dem Stundenplan stehen dort vertiefende Fächer wie "Ernährung und Gesundheit", "Haushaltsmanagement" und "Ökologie", bei denen die rund 150 Schüler alles über bewusste Ernährung, richtige Bewegung und mentale Gesundheit lernen. Zur Belohnung dürfen sich die Jugendlichen dann in der Pause an einem reichhaltigen und vor allem gesunden Buffet bedienen. Zur Auswahl stehen selbst gemachte Produkte wie Joghurt, Marmelade, Müsli und das prämierte Lankowitzer Spezialbrot sowie Bioprodukte von Bauern aus der Region. Weil es sich um eine Ganztageschule handelt, gibt es ebenfalls ein Mittagessen. Erwähnenswert ist vor allem auch der Preis: Die gesunde Jause kostet im Monat lediglich zehn Euro. Für Direktorin Margit Langmann ist es besonders wichtig, den Schülern einen bewussten Umgang mit Essen und Bewegung näher zu bringen: "Die Mahlzeiten werden von den Jugendlichen größtenteils selbst zubereitet. Dabei wird großer Wert auf Saisonalität, Regionalität, Schmackhaftigkeit und Gesundheit gelegt." Die gemeinsamen Mahlzeiten haben laut Langmann zudem einen "sozialen Faktor", der die Schule somit "auch zum Lebensraum macht".

Das Grundwissen wurde den Schülern im Rahmen des zweijährigen Projekts "Jugend is (s)t berichtend in Bewegung" vermittelt, das kürzlich, wie berichtet, beendet wurde. Das Fazit der Schüler fiel einheitlich positiv aus: "Gesundes Essen schmeckt gut und ist auch einfach zuzubereiten." ELISABETH TAPPAUF