



Horst Leitner von der AOK (li.), Gesundheitsreferentin Britta Walthelm und Christian Schadinger von der Noris-Inklusion beim Auftakt der Bio-Brotbox-Aktion 2021.

Foto: Günter Distler

Wie ein Auto mit leerem Tank

AKTION 107 250 Brotboxen sollen Nürnbergs Erstklässler erinnern, ein gesundes Frühstück zu sich zu nehmen.

In der Natur-Erlebnis-Gärtnerei der Noris-Inklusion sind flinke Hände gefragt. Es gilt, Kuverts mit Biokresse Samen-Tütchen, Teebeutel und Infoheftchen zur Brotbox zu füllen. Anlässlich der Bio-Brotbox-Aktion 2021 werden 10 250 Erstklässler in 158 Schulen in der Metropolregion Nürnberg damit beliefert.

Es ist das 17. Mal, dass die Aktion stattfindet. Eigentlich sollten die Brotboxen mit einem gesunden Frühstück aus klimafreundlichem biologischen Anbau oder biologischer Fertigung gefüllt sein. Doch pandemiebedingt dürfen keine Lebensmittel verteilt werden.

Stattdessen wird den Kindern, wie die Referentin für Umwelt und Gesundheit, Britta Walthelm, ausführt,

beim Kressesamen-Aussäen der Kreislauf von Herstellung und Verzehr von Lebensmitteln nähergebracht: Säen, Ernten, Schmecken. Laut Walthelm stammt der Brotbehälter aus überwiegend nachhaltigem sowie lebensmittelsicherem Material von einem Hersteller aus der Region.

Nach wie vor verlässt schätzungsweise jedes vierte Schulkind morgens mit leerem Magen das Haus. Und auch in der Schule haben die Kinder oft kein geeignetes Frühstück dabei. Die Brotbox ist dafür gedacht, Eltern daran zu erinnern, sie mit einem gesunden Frühstück zu füllen.

Die kleine Broschüre mit einfachen Rezepten ist als Anregung für die Kinder gedacht, selbst etwas für

den Brotbehälter herzustellen, wie etwa Milch-Dinkelbrötchen, die mit der selbst gezogenen Kresse bestreut werden können, und fruchtige Spieße. Die AOK unterstützt seit Jahren die Bio-Brotbox-Aktion. Dieses vor dem Hintergrund, dass das Frühstück die wichtigste Mahlzeit des Tages und die Basis für ein erfolgreiches Lernen ist.

Leistungsfähigkeit leidet

AOK-Direktor Horst Leitner betont bei der Packaktion in den Räumlichkeiten der Noris-Inklusion, welche wichtige Rolle gute Ernährung mit qualitativ hochwertigen Erzeugnissen für Gesundheit und Leistungsfähigkeit spielt. „Lebensmittel und Pflanzen aus ökologischem Anbau

sind seit vielen Jahren das A und im Angebot der Noris-Inklusion erläutert deren Geschäftsführer Christian Schadinger.

Laut Ernährungsexperten bestellt ein gesundes Frühstück aus Vollkorn- und fettarmen Milchprodukten sowie aus Rohkost und Obst. Internationale Studien zeigen einen positiven Zusammenhang zwischen einem ausgewogenen Frühstück und Aufmerksamkeits- und Gedächtnisleistungen im Schulalltag. Ohne Frühstück aus dem Haus zu gehen, erhöht das Risiko der Fettleibigkeit. Bezüglich der Leistungsfähigkeit heißt es, dass das Auslassen der morgendlichen Mahlzeit mit den Autofahren mit leerem Tank vergleichbar sei.

USCHI ABFALL