
Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 14 / 9. März 2026

Gesund trinken von Anfang an: Leitungswasser in Kitas und Schulen stärken

Ausreichendes Trinken ist eine grundlegende Voraussetzung für Konzentration, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden – besonders bei Kindern und Jugendlichen. Anlässlich des Tages des Wassers am 22. März rückt die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. daher die Bedeutung von Leitungswasser als gesundheitsförderlichen, jederzeit verfügbaren und kostenfreien Durstlöscher in Kitas und Schulen in den Mittelpunkt.

Regelmäßiges Wassertrinken hilft, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Konzentrationsschwächen vorzubeugen und unterstützt die körperliche sowie geistige Leistungsfähigkeit über den gesamten Tag hinweg. Leitungswasser ist kalorienfrei, zahnfreundlich und fördert eine gesunde Entwicklung. Der konsequente Verzicht auf zuckerhaltige Getränke reduziert nachweislich das Risiko für Übergewicht, Karies und Typ-2-Diabetes und stärkt langfristig die Herz-Kreislauf-Gesundheit.

Darüber hinaus leistet Leitungswasser einen wichtigen Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit: Es steht in Deutschland aus jedem Wasserhahn jederzeit in hoher Qualität und kostenfrei zur Verfügung. Die Trinkwasserqualität wird durch strenge gesetzliche Vorgaben und regelmäßige Kontrollen kontinuierlich gesichert. Wenn Kitas und Schulen Leitungswasser selbstverständlich bereitstellen, ermöglichen sie allen Kindern und Jugendlichen – unabhängig vom Einkommen der Eltern – ein gesundes Trinkverhalten.

Gleichzeitig ist Leitungswasser auch ein ressourcenschonender Durstlöscher. Im Vergleich zu abgepacktem Mineralwasser, Säften oder Softdrinks verursacht es weder Verpackungsmüll noch Transportemissionen. Die Nutzung von Wasser direkt aus der Leitung reduziert den Verbrauch von Einweg- und Mehrwegverpackungen und vermeidet energieintensive Logistikprozesse. Gesundheitsförderung und Ressourcenschutz gehen hier Hand in Hand.

Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung empfiehlt Bildungseinrichtungen, den Tag des Wassers als Impuls zu nutzen, ihre Trinkkultur konsequent am Leitungswasser auszurichten. Dazu gehört, kostenfreies Leitungswasser während des gesamten Kita- oder Schultages – im Unterricht ebenso wie zu den Mahlzeiten – selbstverständlich bereitzustellen. Trinkstationen mit Karaffen und Bechern, gut erreichbare Wasserhähne oder wiederbefüllbare Trinkflaschen unterstützen ein regelmäßiges Trinkverhalten im Alltag. Auch feste Trinkrituale, beispielsweise gemeinsame Trinkpausen oder regelmäßige Erinnerungen, können helfen, ausreichendes Trinken zur Gewohnheit zu machen.

gefördert durch



SACHSEN-ANHALT
Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken

Vorsitzender: Prof. Dr. Andreas Geiger
Stv. Vorsitzende: Jens Hennicke, Holger Häberer
Vereinsregister: AG Stendal Nr. 10522

Leitungsgebundene Trinkwassersysteme oder Trinkbrunnen können dieses Angebot sinnvoll ergänzen. Sie sind weniger eine Notwendigkeit als vielmehr ein sichtbares Signal und ein Aushängeschild für Einrichtungen, die Wasser als gesunden, zuckerfreien Durstlöscher besonders aktiv fördern möchten. Sie machen das Thema im Schulalltag präsent und laden Kinder und Jugendliche niedrigschwellig zum Trinken ein – Grundlage bleibt jedoch stets das qualitativ hochwertige Leitungswasser aus dem Wasserhahn.

Der Tag des Wassers verdeutlicht damit: Gesundheitsförderung beginnt im Alltag – und sie beginnt am Wasserhahn. Eine konsequente Stärkung des Leitungswasserkonsums in Kitas und Schulen verbindet Prävention, soziale Teilhabe und Ressourcenschonung auf einfache und wirksame Weise. Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. ruft daher alle Bildungseinrichtungen, Träger und Kommunen dazu auf, den 22. März 2026 als Anlass zu nutzen, Leitungswasser als selbstverständlichen Bestandteil einer gesundheitsfördernden Lernumgebung dauerhaft zu etablieren.

Ihr*e Ansprechpartner*in: Viola Vollenberg, LVG, Telefon 0391 / 288 683 – 0

Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung wird aus Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt finanziert und unterstützt mit ihren Angeboten das Gesundheitsziel des Landes „Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote für die Bevölkerung“.