

Viernheim



Zucker in unvorstellbaren Mengen

Gesundheitsamt des Kreises Bergstraße: Aktion „Der Zuckertisch“ zu Gast in der Friedrich-Fröbel-Schule / Auf versteckte Zucker aufmerksam machen

Von Daniel Klier

Viernheim – Chips, Schokolade, Pommes, Cornflakes oder Joghurt: Alles Produkte, die Kinder und Jugendliche gerne essen. Ebenso trinken sie meist Cola, Orangensaft oder Schokomilch. Ziemlich schockiert war die Klasse 7b, die sich gerade rund um den Zuckertisch versammelte. „Das ist voll das schlechte Gefühl, wenn man sieht, wie viel Zucker in den Lebensmitteln sind“, sagte ein Junge. Alleine ein Beutel Gummibärchen enthält 67 Zuckerwürfel, ein Glas Nutella sogar 72 Stück. In Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Kreises Bergstraße wurde an der Friedrich-Fröbel-Schule (FFS) auf den versteckten Zucker aufmerksam gemacht. „Wir wollen den Zucker nicht verteufeln. Denn er ist für den Körper auch wichtig. Doch das ganze muss immer in Maßen geschehen“, verdeutlichte der an der UNESCO-Schule zuständige Sucht- und Präventionslehrer Peter Long. Alle Erst- bis Zehntklässler nahmen sich nach und nach dem reichhaltigen Zuckertisch an und besprachen, welche Möglichkeiten es gibt, das weiße Süßungsmittel im Alltag weniger zu sich zu nehmen.

Bevor sich die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7b näher mit dem Zuckertisch befassten, mussten sie ran an ein Zuckerquiz. Auf einem Blatt Papier standen mehrere Lebensmittel, bei denen einzuschätzen waren, wie viele Zuckerwürfel diese enthalten. Drei Antwortmöglichkeiten waren vorgegeben. Mit den entsprechenden Ergebnissen rechnete die Gruppe zwar etwas, doch bei manchen Produkten war sie überrascht, dass solche Mengen an Zucker darin stecken. „Uns ist es ein Anliegen, die gesunde Ernährung im Blick zu haben. Solche Angebote, wie dieses, ziehen sich wie ein roter Faden durch die Schuljahre“, hob Markus Taube hervor. Der Schulleiter der Friedrich-Fröbel-Schule hob eine Flasche Orangensaft hoch: „Wer von euch würde denn auf die Idee kommen, dass ein Liter davon 30 Würfelzucker hat. Das ist kaum vorstellbar“. Bei solchen Zahlen wird einem erst bewusst, dass es vielleicht doch nicht so verkehrt ist, eben öfter auf gesunde Alternative umzusteigen, wie etwa Rohkost – Gurken, Tomaten, Gurken oder Paprika. Weil der Zuckertisch nahezu selbsterklärend ist, wird dieser im gesamten Kreis Bergstraße stark nachgefragt. Für die Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt bedankte sich Lehrer Peter Long. Jede Klasse hatte sich innerhalb einer Woche auf unterschiedliche Weisen mit der Thematik auseinandergesetzt. Auch der stellvertretenden FFS-Leiterin, Silke Seitz, liegt die Präventionsarbeit sehr am Herzen.

Schüler wollen mehr auf Ernährung achten

Fortsetzung auf Seite 2



Markus Taube, Schulleiter der Friedrich-Fröbel-Schule (FFS), Silke Seitz, stellvertretende FFS-Leiterin, Peter Long, der zuständige Sucht- und Präventionslehrer an der FFS, sowie Nadine Merkel und Claus Bunte von der Jugendförderung Viernheim (Stadtteilbüro West) setzen im Rahmen der Aktion „Der Zuckertisch“ stark auf Präventionsarbeit. Ziemlich schockiert von der Menge an verstecktem Zucker war die Klasse 7b, die sich rund um den Zuckertisch versammelte. Fotos: klier