

Sehr geehrte Damen und Herren,

ihr Beitrag in der Ernährungsumschau Januar 2006 "Kampf gegen Fettsucht" hat mich sehr motiviert, da ich das Thema als ziemlich brisant erachte. Es ist dringend notwendig etwas gegen die Fettsucht in unserer Bevölkerung zu tun.

Über Strategien für den Kampf gegen die Fettsucht habe ich mir schon viele Gedanken gemacht und habe daraus auch meinen Berufswunsch erwählt. Als Diätassistentin möchte ich etwas gegen die Fettsucht speziell bei Kindern und Jugendlichen unternehmen. Momentan befinde ich mich allerdings noch in der Ausbildung. Jedoch kann ich es kaum erwarten, meine Ideen in Taten um zu setzen.

Das Thema "Kampf gegen Fettsucht" erachte ich für extrem wichtig, nicht nur in Hinblick auf unser Gesundheitssystem, das durch die steigende Adipositashäufigkeit bei Kindern und Erwachsenen mit ihren Begleiterscheinungen bald nicht mehr haltbar sein wird. Auch für die deutsche Wirtschaft kann es nicht von Vorteil sein, wenn viele Arbeitnehmer mit enormen körperlichen Einschränkungen für bestimmte Tätigkeiten nicht mehr zur Verfügung stehen.

Meiner Meinung nach muss der Bevölkerung bewusst gemacht werden, was Fettsucht bedeutet und welche enormen Auswirkungen diese hat. Eine Aufklärung darüber ist dringend nötig, da die Meisten die Problematik der Fettleibigkeit ausschließlich als ein ästhetisches Problem wahrnehmen und nicht an die gesundheitlichen Folgen dabei denken. Dieser weitverbreitete Irrglaube kann nur durch die dementsprechende Bildung bekämpft werden.

Um eine möglichst breite Schicht der Bevölkerung zu erreichen, sowie Prävention zu betreiben ist es meiner Meinung nach daher unumgänglich Ernährungsunterricht in den Schulen einzuführen.

So kann ich nicht begreifen, dass das Thema Ernährung bisher keine Rolle in der Bildung gespielt hat.

Wenn wir darauf bedacht sind, dass unsere Kinder rechnen, schreiben, lesen können und andere Sprachen lernen, um sich in unserer Welt zurecht finden zu können, so sollten wir Ihnen doch auch das Wissen an die Hand geben sich in der Welt der Ernährung etwas besser zurecht zu finden.

Gerade deshalb, weil diese Jeden von uns doch tagtäglich überall begegnet und einen wesentlichen Betrag zu unserer Leistungsfähigkeit beiträgt! Denn wie es sich gezeigt hat, hat das fehlende Wissen um gesunde Ernährung bedenkliche Folgen.

Wollen wir also eine Bevölkerung, die bei diesem Überflussangebot an Lebensmittel damit noch verantwortungsvoll umgehen kann, müssen wir diese auch entsprechend bilden!

In dem Schulfach Ernährung sollte den Kindern dann der hohe Stellenwert einer gesunden Ernährung verdeutlicht werden. So könnten u.a. folgende Fragestellungen den Lehrplan gestalten:

Welche Nährstoffe gibt es und wozu benötige ich sie?

Weshalb sollte ich einen Apfel einer Milchschnitte vorziehen?

Welche Krankheiten entstehen durch Fettleibigkeit?

Was ist Diabetes Mellitus, Arteriosklerose, Hypertonie und wie kann ich diese mit Ernährung beeinflussen?

Welche Botschaften gibt uns die Werbung und was steckt wirklich dahinter?

...usw.

Für einen solchen Lehrplan gibt es meiner Meinung nach nur allzu viel Stoff.

Außerdem ist es uns auf diese Weise möglich auf die Ernährungsbildung und damit Hoffnungsvollerweise auch auf die Ernährungsweise der nächsten Generation Einfluss zu nehmen. Die Eltern, die diese Rolle bisher inne hatten, haben selbst dieses Wissen zum größten Teil verloren. So wäre es z.B. auch sinnvoll, Elternabende unter diesem Thema laufen zu lassen.

Des Weiteren wären gemeinsam zubereitet Mahlzeiten in den Schulen von Bedeutung. Es könnte beispielsweise auch ohne großen Aufwand das Frühstück in den Schulalltag integriert werden. So wird zumindest sicher gestellt, dass jedes Kind etwas im Magen hat und sich auf den Unterricht konzentrieren kann.

Finanziell sollte sich für diese Projekt eine Lösung finden lassen (z. B. Pflichtbeitrag der Eltern, ...). Jedoch baue ich auch stark darauf, dass der Gedanke der Ganztagschulen mehr Zuspruch findet.

Dort gäbe es ohne große Probleme die Möglichkeit, mit den Kindern gemeinsam Mahlzeiten zuzubereiten um sie so auf praktische Weise mit gesunder Ernährung zu konfrontieren.

Ich hoffe somit, dass es Ihnen gelingen wird, politische Maßnahmen zu finden, dieses große Thema Ernährung in die Köpfe der breiten Bevölkerungsschicht zu bringen und mich persönlich würde es sehr freuen, wenn diese Thematik wirklich bald in der Schulen Einzug hält.

Mit freundlichen Grüßen

Sandra Winkler

This paper represents the views of its author on the subject. These views have not been adopted or in any way approved by the Commission and should not be relied upon as a statement of the Commission's or Health & Consumer Protection DG's views. The European Commission does not guarantee the accuracy of the data included in this paper, nor does it accept responsibility for any use made thereof.