

Adipöse Kinder: Gesundheitswissen soll auf den Stundenplan

21 Prozent der Schüler sind übergewichtig – Zum Weltgesundheitstag macht Verein „Land schafft Leben“ auf Ernährungsbildung aufmerksam

SCHLADMING – Immer mehr Schüler in Österreich sind übergewichtig oder adipös, hat zuletzt eine WHO-Studie gezeigt: 2022 waren rund 25 Prozent der Burschen und rund 17 Prozent der Mädchen über elf Jahre übergewichtig, 2010 waren es noch 19 bzw. 12 Prozent. Dieser rasante Anstieg ist für Maria Fanninger, Mitbegründerin des steirischen Vereins „Land schafft Leben“, ein

klares Signal dafür, wie dringend Kinder und Jugendliche über den Einfluss von Ernährung auf ihren Körper aufgeklärt werden müssen: „Wissen ist der Schlüssel zu einer gesünderen und in Folge zufriedeneren Gesellschaft. Wenn ich nicht einmal weiß, was mir guttut und was nicht, wie soll ich mich dann so ernähren, dass es meinem Körper dienlich ist? Dass Kinder und Jugendliche das in der Schule lernen, ist ein gesamtgesellschaftliches Anliegen und sollte genauso selbstverständlich auf dem Stundenplan stehen wie Lesen, Schreiben, Rechnen“. Übergewicht und Adipositas erhöhen das Risiko vieler Krankheiten. Zu diesen zählen etwa Erkrankungen des

Herz-Kreislauf-Systems, Diabetes, chronische Atemwegserkrankungen und Krebs. Ein maßgeblicher Faktor, der zu Übergewicht und Krankheit führen kann, ist die Ernährung. Die frühen Lebensjahre spielen hier eine essenzielle Rolle, denn im Kindesalter lassen sich Übergewicht noch einfacher durch eine Änderung des Lebensstils lenken als später. Ernährungsgewohnheiten können noch einfacher etabliert werden. Mit der Initiative „Essen macht Schule“ unterstützt der Verein Lehrer dabei, Lebensmittelwissen, Ernährungsbildung und Konsumkompetenz in den Unterricht zu integrieren und so das Bewusstsein der Schüler für diese Themen zu stärken.