Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 61 (2004)
Heft: 3: Keine Angst vorm Fett?

Vorwort: Editorial
Autor: Zehnder, Ingrid

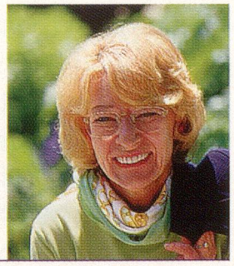
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Im US-Staat Arkansas, wo jedes vierte Kind übergewichtig ist, schreibt ein neues Gesetz vor, alle Erstklässler zu messen und zu wiegen. Falls ein Kind als zu dick eingestuft wird, erhalten die Eltern einen «Fettbrief», in dem sie auf die Risiken einer Fettleibigkeit im Kindesalter hingewiesen werden und ihnen eine Ernährungsberatung angeboten wird. Zudem schreibt das Gesetz vor, Grundschülern den Zugang zu auf dem Schulgelände installierten Essens- und Getränke-Automaten zu verwehren. Die Schulen sind ausserdem gehalten, geeignete Bewegungs- und Ernährungsprogramme zu entwickeln. Obwohl auch in der Schweiz und in Deutschland schon jedes fünfte Schulkind zu viel wiegt, ist bei uns – gottlob! – an eine systematische Einteilung der Erstklässler in Sachen Gewicht nicht zu denken. Auch der Gedanke, dass Kinder nicht nur in Bezug auf die schulischen Leistungen miteinander konkurrieren, sondern auch hinsichtlich des Body Mass Index, reisst nicht gerade zu Begeisterungsstürmen hin.

Trotzdem sind sich alle Gelehrten hierzulande einig, dass angesichts des «gravierenden, schleichend daherkommenden Problems» (Renate Künast) etwas passieren muss: Die zunehmende Fettleibigkeit der Kinder bedroht deren Gesundheit und wird der Gesellschaft ungeahnte Kosten aufbürden. Während die Erwachsenen sich auf Laufbändern abstrampeln, verbringen unsere Kinder ihr Leben grösstenteils sitzend: in der Schule, in Verkehrsmitteln, vor dem Fernseher oder Computer. Tägliche Begleiter sind die «schnellen» Lieblingsspeisen wie Pizzas, Pommes, Nuggets, Burger, Döner oder Whopper, runtergespült mit süssen Limos, ergänzt durch Extras für den «kleinen Hunger zwischendurch», die allzu oft nur Extraportionen an Fett, Zucker oder Salz sind.

Fast Food ist nicht mehr aus der Welt (der Kinder und Jugendlichen) zu schaffen. Die (berufstätigen) Mütter sind nicht mehr täglich an den Herd zu beordern. Aber wir können unseren Kindern (und Enkeln) immer mal wieder (und immer öfter) zeigen, dass Essen weit mehr ist als Nahrungsaufnahme, um nicht schlapp zu machen. Nämlich ein Fest für die Sinne, Genuss und Spass – und zudem Basis für Fitness und Gesundheit. Kinder sollten aber auch erfahren, dass «schnell, gesund, bequem» aus der Tüte-Dose-Packung Wunschdenken ist, und die Zubereitung einer ausgewogenen Mahlzeit mit frischen Zutaten Arbeit macht. Arbeit, die Freude macht.

Bleiben Sie gesund. Herzlichst Ihre

Ingrid Zehnder