

Gesunden Lebensstil in der Schule lernen

23 Prozent der 13- bis 17-Jährigen sind zu dick! Und die Tendenz ist weiter steigend. Um dem vorzubeugen, wären verpflichtender Lifestyle-Unterricht und stärkere Einbeziehung von Schulärzten in die Vorsorge dringend nötig. „Gerade bei Kindern zwischen 6 und 12 Jahren werden, laut Studien, die besten Resultate erzielt“, betont Prof. Dr. Kurt Widhalm vom Österreichischen Akademischen Institut für Ernährungsmedizin.