

EIN PLÄDOYER FÜRS ESSEN

ANDREA MILSTEIN

Schlechte
Essgewohnheiten
starten im
Mutterleib

Eines der größten Gesundheitsprobleme der westlichen Gesellschaft, nämlich Übergewicht, Typ 2 Diabetes und damit einhergehende Krankheiten, könnten ihre Ursache im frühen Kindesalter und sogar vor der Geburt haben. Forscher am Monell Center in Philadelphia haben herausgefunden, dass Kinder von Müttern, die während Schwangerschaft und Stillen eine abwechslungsreiche Ernährung bevorzugten, später eine wesentlich größere Palette von (gesunden) Nahrungsmitteln essen. Zusätzlich hat sich herausgestellt, dass Kinder diese Präferenzen mit ins Jugend- und sogar Erwachsenenalter nehmen. Eine dieser kritischen Phasen ist bei Kleinkindern bereits mit 3,5 Monaten erreicht. Vorlieben für bestimmte Lebensmittel legen sich im Kindesalter fest und sind später nur sehr schwer zu ändern. Vom ernährungstechnischen Standpunkt gesehen endet der Mensch also dort, wo er in jungen Jahren angefangen hat.

Diese Erkenntnis könnte schwerwiegende Folgen für unsere nationale Gesundheit haben, da die Hälfte der österreichischen Bevölkerung bereits als übergewichtig eingestuft wird. Viele Eltern, die sich selber größtenteils von raffinierten Produkten ernähren, verfüttern diese hochverarbeiteten Nahrungsmittel an ihre Kinder und geben ihnen damit die denkbar ungünstigsten Voraussetzungen für die Zukunft. An der University of Adelaide in Australien wurden Experimente durchgeführt. Deren Ergebnisse sind,

dass Kinder von Müttern, deren Essverhalten während der Schwangerschaft weniger als optimal war, zunehmend größere Mengen an Zucker erfordern, um das Belohnungszentrum im Hirn zu aktivieren.

Nach Worten von Gary Beauchamp, Direktor des Monell Centers, „tendieren Kinder, die schon im Kleinkindesalter mit einer Palette von verschiedenen Lebensmitteln in Berührung kommen, später zu besseren Essgewohnheiten, da sie Vielfalt viel eher akzeptieren“.

Wenn die Nahrungsmittel Industrie also vorschwafelt, dass der Schlüssel zu weniger Übergewicht darin liegt, mehr Bewegung zu treiben und weniger zu essen, so belegen diese neuen Studien eine andere Realität. Nämlich die, dass Essgewohnheiten bereits im Mutterleib und frühen Kindesalter geformt werden. Es gilt neu zu überdenken, ob wir übergewichtige Kinder und Erwachsene weiterhin für ihr Übergewicht verantwortlich machen. Wenn wir hoffen, die Flut an Übergewicht und durch falsches Essen hervorgerufene Krankheiten einzudämmen, wäre es mehr als sinnvoll einerseits die Fast-Food-Industrie zu belangen und andererseits Eltern großflächig über die potenziellen Gefahren einer zuckerlastigen Junk-Food-Ernährungsweise aufzuklären.

Andrea Milstein leitet seit Juni 2012 das Kochstudio essküche Götzis. Interessierte können sie telefonisch erreichen (Telefon: 0699/13213261) oder sie per E-Mail (info@esskueche.com) kontaktieren (mehr zur essküche unter www.esskueche.com).



„Nord und Süd wie

Eine „Vertical around the World – 2014“-Tour starten Theo Kelz und Franz Stelzl vom Verein „Helping Hands - Giving Life“. So wollen sie Menschen über die FAO-Petition „EndingHunger“ informieren.

DUNJA GACHOWETZ

Am 30. März 2014 wollen sich der Kärntner Theo Kelz und der in Vorarlberg lebende gebürtige Steirer Franz Stelzl in Wien in die Sättel ihrer Motorräder schwingen und zu einer Weltumrundung aufbrechen. In nur sieben Monaten wollen sie knapp 56.800 Kilometer zu Lande unter die Räder nehmen. Ziel ist es, am 26. Oktober 2014 wieder in der Bundeshauptstadt „einzureiten“.

„Die Tour wird uns durch 39 Länder auf sechs Kontinenten

führen. Etwa 211 Reisetage haben wir dafür eingeplant“, sagt Stelzl am Freitag bei der Kick-Off-Veranstaltung der „Vertical around the World – 2014“ an der Landesberufsschule I in Dornbirn.

Über Petition informieren

Aber nicht zum Privatvergnügen schwingt sich das Duo auf die Motorräder. Mit ihrer Weltumrundung von Norden nach Süden wollen sie auf die Welthungerkrise aufmerksam machen. „Wir haben zwar eine Finanzkrise und viele andere Krisen. Aber aus unserer Sicht



Im kommenden Jahr werden Theo Kelz und Franz Stelzl die Welt umrunden. Vor ihnen liegen knapp 60.000 Kilometer
HELPING HANDS GIVING LIFE (2), VOL.AT/RAUCH



Theo Kelz (l.) und Franz Stelzl mit ihren Maschinen.



Franz Stelzl (l.), Theo Kelz und Chirurg Raimund Margreiter.

der in Balance bringen“

ist die einzig wahre Krise auf dieser Welt die des Hungers“, betont Stelzl. Deswegen wollen die beiden Männer auf ihrer Tour die Bevölkerung über die Petition „EndingHunger“ der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen in Vorträgen informieren und dazu bewegen, diese auch zu unterstützen.

Weiters wollen sie Nord und Süd, Reich und Arm, Überfluss und Mangel miteinander verbinden. „Auf der einen Seite sterben täglich 25.000 Menschen an den Folgen des Hungers, über eine Milliarde leidet an chronischer Unterernährung. Auf der anderen Seite sind über 1,6 Milliarden Menschen übergewichtig oder fettleibig. Wir wollen die Balance zwischen Nord und Süd wieder ins Lot bringen. Das

haben wir auf unsere Fahnen geheftet“, sagt Stelzl.

Auf die Welternährungskrise hinzuweisen und die Regierenden dieser Welt dazu zu bringen, die Hungerkrise als oberste Priorität anzusehen, das ist ein weiteres Anliegen des Duos. „Denn was gibt es Schlimmeres, als Kinder verhungern zu sehen? Dagegen müssen wir alle etwas unternehmen. Wir werden alles daran setzen, dass diese Tour ein Erfolg wird“, sagt Kelz.

Holz-Keil-Aktion

Wer das Vorhaben der beiden Motorradfahrer unterstützen möchte, kann dies mit dem Kauf eines Holz-Keils tun. Diese wurden von den Schülerinnen und Schülern der Berufsschule I in Dornbirn für den Verein gefertigt. „Der Keil ist ein Symbol der Fixierung

und Verbindung“, begründet Stelzl die Wahl dieses Symbols für den Verein Helping Hands – Giving Life.“

Raimund Margreiter äußerte keine Bedenken, dass die Tour schädlich für die transplantierten Hände von Theo Kelz ist. Der Polizist hatte bekanntlich vor 20 Jahren bei der Explosion einer Rohrbombe vor einer Schule in Kärnten beide Unterarme verloren. Der Chirurg Margreiter sagt: „Würde ich ihm das Motorradfahren verbieten, würde ich ihm so viel an Lebensqualität nehmen, dass ich gar nicht operieren hätte müssen.“

Weitere Informationen über den Verein und die Motorradtour finden Interessierte unter www.helpinghands-2014.org. Die Petition „ending hunger“ kann unter www.endinghunger.org unterzeichnet werden.

960.000 Euro Kuhprämie für über 2000 Betriebe

BREGENZ. Zusätzlich zur bundesweiten Prämie werden für 2013 in Vorarlberg fast 960.000 Euro in Form einer sogenannten de-minimis-Beihilfe nach EU-Recht als Kuhprämie ausbezahlt. Das teilte Landesrat Erich Schwärzler am Freitag in einer Aussendung mit. Im Unterschied zur österreichischen Milchkuhprämie beziehe sich das Vorarlberger Modell nicht nur auf Milchkuhe, sondern auch auf Mutterkuhe. Zudem werde die Vorarlberger Kuhprämie für maximal 40 Kühe pro Betrieb gewährt. Landwirtschaftliche Betriebe in extremer Berglage erhielten erhöhte Fördersätze, um auch dort eine dauerhafte Bewirtschaftung zu gewährleisten. Im Vergleich zum Vorjahr seien die Beträge weiter aufgestockt worden. Die Kuhprämie 2013 als Summe der im Frühjahr von der Agrarmarkt Austria (AMA) ausbezahlten Milchkuhprämie (ca. 850.000 Euro) und der nun an 2090 bäuerliche Betriebe – rund 650 davon sind Bergbauernbetriebe der Zonen 3 und 4 – ausbezahlten Vorarlberger Kuhprämie (knapp 960.000 Euro) beläuft sich somit insgesamt auf mehr als 1,8 Millionen Euro.

Hämmerle: Vorwürfe gegen AK gehen ins Leere

FELDKIRCH. Verwundert über die Vorwürfe von Familienverbandsobmann Andreas Prenn zeigte sich am Freitag AK-Präsident Hubert Hämmerle. Nach seinen Worten wirft Prenn der Arbeiterkammer unter anderem vor, gegen eine Anpassung der Familienbeihilfe zu sein. Hämmerle dazu: „Der Herr Prenn weiß genau, welche Position die AK Vorarlberg in dieser Frage vertritt. Wir haben uns auch immer klar positioniert. Auch als beim Budget-Sanierungspaket der Bundesregierung die Familien zugunsten der Spekulanten geschröpft wurden.“