



13.11.2023

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

wir beobachten auch nach den Ferien, dass die Schülerinnen und Schüler in den Mittagspausen immer wieder Energydrinks konsumieren.

Zwar hat unsere Schulgemeinschaft nicht verschließbare Getränkebehältnisse (Dosen etc.) ab diesem Schuljahr verboten. Dennoch kann damit der Konsum von Energy-Drinks nicht ausgeschlossen werden.

Getränke wie Red Bull o.ä. enthalten neben viel Zucker auch große Mengen an Koffein und anderer Zusatzstoffe. Wir bemerken, dass die Kinder nach dem Konsum teilweise aufgekratzt und unruhig sind. Eine konzentrierte Mitarbeit im Unterricht ist so nur schwer möglich. Neben der erhöhten Gefahr von Konflikten zwischen den Schülerinnen und Schülern sind auch gesundheitliche Auswirkungen nicht zu unterschätzen.

So enthält ein Energydrink bis zu doppelt so viel Koffein wie eine starke Tasse Kaffee. Gerade zusammen mit dem ebenfalls häufig enthaltenen Taurin kann es zu Schlaflosigkeit, Nervosität, Kopfschmerzen, Bluthochdruck und Herzrasen führen. Die Folgen für die Entwicklung von Heranwachsenden lassen hierbei nicht abschätzen.

Da uns die Gesundheit Ihres Kindes am Herzen liegt, sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen. Bitte besprechen Sie das Thema mit Ihrem Kind, denn nur gemeinsam können wir auf ein gesundheitsbewusstes Verhalten bei Ihrem Sohn/ Ihrer Tochter hinwirken.

Mit freundlichen Grüßen

das Kollegium der Michael-von-Jung-Schule