

Leserbrief

Sehr geehrte Redaktion,

ich habe Ihren Artikel „Der Fluch von Fastfood“ vom 21.12.2015 der in der Online – Ausgabe „Der Standard“ erschienen ist mit großem Interesse gelesen. Als Schüler der Oberstufe beschäftige ich mich im Biologieunterricht gerade mit dem Thema gesunde Ernährung. Ihr Artikel hat mir viele wichtige Informationen gegeben, aber ich möchte auch meine eigene Meinung dazu äußern.

Erstens stimme ich zu, dass Fastfood viele Nachteile hat. Der hohe Zuckergehalt in Burgern, Cola und anderen Produkten ist wirklich gefährlich für unsere Gesundheit. Viele Jugendliche wissen gar nicht, wie viel Zucker sie jeden Tag konsumieren. Das kann zu Übergewicht und anderen Krankheiten führen.

Zweitens finde ich es problematisch, dass Fastfood so billig und überall verfügbar ist. Wenn man in der Schule Stress hat und wenig Zeit, ist es sehr einfach, schnell zu McDonald's zu gehen. Gesunde Alternativen sind oft teurer und nicht so leicht zu finden. Deshalb sollten Schulen mehr gesunde Snacks anbieten.

Drittens denke ich, dass auch die Eltern eine wichtige Rolle spielen. Sie sollten ihren Kindern zeigen, wie man gesund kocht und sich ausgewogen ernährt. Viele Familien essen zu oft Fastfood, weil es praktisch ist. Aber mit etwas Planung kann man auch schnell etwas Gesundes zubereiten.

Zusammenfassend glaube ich, dass ein komplettes Verbot von Fastfood nicht die Lösung ist. Wichtiger ist es, dass wir lernen, bewusster zu essen und bessere Entscheidungen zu treffen.

Mit freundlichen Grüßen
Duregger Fynn