

Projekt: Filmworkshop

Gabel statt Skalpell

Am 29.11.2018 wurden Jugendliche an unserer Schule präventiv über Ernährung mittels der neuen Medien, einem Film, aufgeklärt. Die Folgen von falscher Ernährung wurde anhand der amerikanischen Ernährungsweise erläutert. Da das amerikanische Volk für seine deftige und vor allem fleischhaltige sowie kalorienreiche Nahrung bekannt ist, war es das beste Beispiel. Denn laut den im Film erläuterten Studien sorgt eine fleischhaltige Ernährung dafür, dass das Herz verfettet und somit der Cholesterinspiegel steigt. Ein hoher Cholesterinspiegel ist zugleich ein Vorbote für einen Herzinfarkt. Um dieser Gefahr entgegenzuwirken, hat der Wissenschaftler Colin Campbell einen Ausweg gefunden: Laut seiner Theorie, welche auf wissenschaftlichen Tierversuchen basiert, ist eine Besserung nur durch den Verzicht von Milch- und Fleischprodukten möglich. Denn so kann der Cholesterinspiegel und somit das Herzinfarkttrisiko sinken. Dies bestätigte er dadurch, dass er einige „Todeskandidaten“ dazu verleitete, an seiner „Diät“ teilzunehmen. Sein Programm war in der Hinsicht erfolgreich, dass der Cholesterinspiegel seiner Probanden rapide sank und das Herzinfarkttrisiko minimiert wurde.

Nachdem die Schüler der Berufsschule für KFZ-Technik und Eisenbahn, am Elisabethplatz 4, den Film beendet hatten, konnten sie Fragen an einen Lehrer stellen, welcher selbst auf eine vegane Ernährung umgestiegen war.

Einige dieser Fragen bezogen sich auf mögliche Mangelerscheinungen. Hierbei erläuterte der Lehrer, dass lediglich ein einziger Vitaminmangel entstehen könne und zwar ein Vitamin B12 Mangel, dieser kann aber behoben werden, indem man eine Karotte ungewaschen (also mit ein wenig Erde) isst.

Devon Schäfer und Domenique Weiss, Klasse K10B