

Interessante Fakten zum Thema „Wasser trinken“:

Dazu ein paar interessante Fakten:

- Volksschulkinder erreichen die täglich empfohlene Trinkmenge nicht (Ernährungsbericht 2012)
- 60% der Kinder trinken am Schulvormittag nicht (Baseline-Erhebung Wiener Jause 2010)
- Flüssigkeitsdefizit führt zu Müdigkeit, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche und behindert das Lernen (Wagner et al, Ernährung&Medizin, 2005; Edmonds/Burford, Appetite, 2009)
- Der Konsum von süßen Getränken (Limonaden) steigt kontinuierlich an (HBSC Factsheet 03/2012)
- Der regelmäßige Konsum stark zuckerhaltiger Getränke ist mit der Entwicklung von Adipositas assoziiert (Kersting, 2005)
- Wasser trinken beugt Übergewicht vor (Muckelbauer et al, Pediatrics, 2009)
- Leitungswasser ist kostengünstig und man muss es nicht in die Schule tragen
- Der Transport von Einwegflaschen verursacht jährlich in Österreich knapp 70.000 Tonnen CO₂. Das entspricht einer Menge an Treibhausgasen von ca. 10.000 Erdumrundungen mit dem Auto.
- Wenn jedes Kind nur zwei Mal pro Woche ein Getränk aus einer PET-Flasche konsumiert, entsteht pro Klasse und Schuljahr ein Abfallaufkommen von ca. 13.000 Flaschen!

Weiterführende Infos:

- Projekt „Wassertrinken in Schulen“: <https://www.wien.gv.at/wienwasser/bildung/wassertrinken/index.html> (Stadt Wien - Wiener Wasser)
- Wasserschule – Wasser trinken in Wiener Schulen: <https://gesundheitsziele.wien.gv.at/wasserschule-wasser-trinken-in-wiener-schulen/>