

Aufgabe 1:

Es sind Weihnachtsferien. Am Tag vor Silvester geht Lea mit ihrer Familie in den Supermarkt, um für Silvester einzukaufen. Um Mitternacht wollen sie ein Schokoladenfondue machen. Im Frischeregal in der Obstabteilung finden sie Bananen, Trauben und frische Erdbeeren.

Woher kommen denn die im Winter? Erdbeeren werden doch nur im Juni geerntet, oder?

Hast du eine Idee, warum einige Supermärkte im Winter Erdbeeren anbieten können?

Aufgabe 2:

Du kannst deine Umwelt schützen, indem du dich klimaneutral oder klimafreundlich ernährst. Was heißt das? Zähle auf.

Aufgabe 3:

Wie kannst du durch deine Ernährung deine Gesundheit beeinflussen?

Aufgabe 4:

Wenn wir uns dauerhaft ungesund ernähren, dann wird unser Körper krank.

Welche ernährungsbedingte Krankheit, die durch übermäßigen Zuckerkonsum ausgelöst wird, wird im Film genannt?

Aufgabe 5:

Lies dir den folgenden Text durch und notiere wichtige Informationen.

Zucker ist in sehr vielen Lebensmittel enthalten. Wenn wir zu viele zuckerhaltige Lebensmittel konsumieren, dann kann es sein, dass der Körper im Lauf der Jahre zuckerkrank wird. Der Fachbegriff dafür lautet Diabetes Typ 2. Zuckerkranken sieht man ihre Krankheit nicht an. Oft bemerken Menschen ihre Zuckerkrankheit daran, dass sie übermäßig viel Durst haben oder nachts ständig auf die Toilette müssen. Wer an Diabetes erkrankt ist, kann auch nicht mehr geheilt werden, selbst wenn er sich künftig zuckerlos ernähren würde. Menschen mit dieser Krankheit müssen ihr Leben lang auf ihre Ernährung achten und ständig ihren Blutzuckerspiegel messen. Um den erhöhten Blutzuckerspiegel wieder zu senken, müssen sich Diabetiker oft Insulin spritzen.

Arbeitsblatt:

Einfluss auf Umwelt und Körper



Aufgabe 6:

Auf den nachfolgenden Bildern sind weitere ernährungsbedingte Krankheiten zu sehen. Weißt du welche?



gesunde Leber

kranke Leber