Wo versteckt sich wie viel Zucker?

X@ct testet Süßigkeiten

21 Stück *Zucker stecken etwa in 100 Gramm der M & M-Schokoladen-Kugeln.*

20 Stück *Zucker stecken in 100 Gramm Snickers-Schokolade. Ein Riegel wiegt aber nur 60 Gramm.*

32 Stück *Zucker stecken in 100 Gramm Traubenzucker. Diese Packung enthält aber nur 46 Gramm.*

Von Carmen Schmidt
(0 64 71) 93 80 27
c.schmidt@mittelhessen.de

Weilburg. X@ct hat für Euch Süßigkeiten getestet. Wir wollten wissen: Wie viel Zucker steckt eigentlich in Milchschnitte, Gummibärchen und anderen Süßigkeiten.

Fast jedes siebte Kinder beziehungsweise Jugendlicher ist übergewichtig. Das hat die Deutsche Adipositas-Gesellschaft vor wenigen Tagen mitgeteilt. Adipositas bedeutet „Fettleibigkeit". Wer zu viel Zucker isst, kann dick werden. Denn Zucker, den der Körper nicht benötigt, wird vom Körper in Fett umgewandelt und gespeichert.

Für unseren Test haben wir uns die Angaben auf den Verpackungen der Süßigkeiten angeschaut. Dort ist der Zuckergehalt allerdings meist nicht angegeben. Deshalb haben wir nachgeschaut, wie viel Kohlenhydrate (siehe Kasten) in den süßen Leckereien stecken.

Kohlenhydrate

Unter Kohlenhydrate wird im Allgemeinen Zucker verstanden. Dazu zählen sowohl Einfachzucker (zum Beispiel Traubenzucker) als auch Vielfachzucker, wie Stärke. Kohlenhydrate sind neben Fett und Eiweiß Bausteine der menschlichen Nahrung. Lebensmittel, die viele Kohlenhydrate enthalten, sind unter anderem Brot, Nudeln, Getreide und Reis. (Quelle: Wikipedia)

27 Stück *Zucker verdrückt ihr etwa, wenn ihr 100 Gramm Gummibärchen esst.*

12 Stück *Zucker stecken in 100 Gramm Milchschnitte. Für eine Schnitte bedeutet das rund drei Stück.*

21 Stück *Zucker sind in etwa in 100 Gramm Toblerone-Schokolade enthalten.*

Der gelbe Kasten

Hatte ich als Kind was angestellt, gab es Hausarrest. Doch jetzt haben Eltern eine viel grausamere Strafe entdeckt: Internetverbot. Keine E-Mails mehr abrufen, nicht chatten, die Antwort auf eine Frage nicht mal schnell googeln können. Das Gute daran: Man hat wieder Zeit für ein gutes Buch.

Olivia

(schaltet PC freiwillig aus)

X@ct
Elsa-Brandström-Straße 18
35578 Wetzlar
✆ (0 64 41) 95 95 59
Fax: (0 64 41) 95 92 92
SMS (01 75) 2 46 82 94
www.mittelhessen.de
xact@mittelhessen.de

Anzeige

KÖSTLICHE PRALINEN...

CONFISEUR
LÄDERACH
Dillenburger Str. 42 • 35685 Dillenburg-Manderbach
Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 und Sa. 9.00 – 13.00 Uhr

Polizei hat 1000 neue „BOBs"

Weitere Kneipen und Gaststätten in Mittelhessen unterstützen die Aktion

Von Maike Sophie Wessolowski (0 64 41) 95 95 58
m.wessolowski@mittelhessen.de

Wetzlar. In der Kneipe einen so genannten BOB-Schlüsselanhänger vorzeigen und vom Wirt ein alkoholfreies Freigetränk erhalten – diese neue Aktion der Polizei Mittelhessen soll insbesondere junge Leute animieren, bei Alkoholkonsum das Auto stehen zu lassen. Seit dem Start Anfang Oktober sind einige neue Kneipen dabei – zum Beispiel das Reit's in Marburg und das Tasch's in Wetzlar.

Der BOB – so der Fanstasiename der Aktion – ist der Fahrer, der seine Freunde oder Kollegen nach einer Partynacht sicher und nüchtern heimfährt. Die Idee, denjenigen mit einem kostenlosen Getränk zu belohnen, der feiernde Freunde aus Disco, Kneipe oder Vereinsheim nach Hause fährt, stammt aus Belgien. Dort startete 1995 die Aktion mit dem Fantasienamen BOB. BOB-Betriebe kann man auch an dem Aufkleber an der Tür erkennen.

Firmen können für ihre Mitarbeiter diese Schlüsselanhänger erwerben: Die Firma Enwag zum Beispiel hat jetzt 1000 Anhänger für Angestellte und öffentliche Aktionen bestellt.

Firmen und Vereine können Anhänger für Mitglieder mit Spende erwerben

„Wir wollen vor allem Fahranfänger ansprechen und die Anhänger verteilen", sagt Geschäftsführer Detlef Stein.

1000 Euro fließen damit in den gemeinnützigen Verein „Verkehrssicher in Mittelhessen", aus dem unter anderem die Aktion BOB finanziert wird.

Größter Sponsor der Aktion der Polizei Mittelhessen ist die Licher Privatbrauerei, die 2500 BOB-Anhänger in Mittelhessen verteilt und ihren Vertragsgaststätten die Kosten für die alkoholfreien BOB-Getränke bezahlen will. Medienpartner der Aktion sind alle mittelhessischen Zeitungen, so auch diese Zeitung, die regelmäßig über BOB berichten.

In Deutschland gab es BOB bislang nur in Kassel, und die Aktion soll nun nach Mittelhessen schwappen: In den Landkreisen Marburg-Biedenkopf und Gießen sowie im Lahn-Dill- und Wetterau-Kreis sind Kneipen und Restaurants Partner (siehe Kasten).

■ Wer häufig Fahrer für Freunde ist und einen BOB-Schlüsselanhänger haben will, wer Gastronom ist und bei der Aktion mitmachen möchte, oder wer Schlüsselanhänger für seine Mitarbeiter und Angestellten bestellen will, wendet sich an das Projektteam der Polizei Mittelhessen in Gießen unter ✆ (06 41) 70 06 38 04.

Diese Zeitung wird demnächst bei bestimmten Aktionen auch kostenlos BOB-Anhänger an über 18-Jährige verteilen, zum Beispiel bei der Extra!-Klasse-Party.

■ Infos über Gaststätten, die mitmachen (mit Adresse und Telefon) sowie weiteres zum Thema „Verkehrssicher in Mittelhessen" unter www.aktion-bob.de und www.verkehrssicher-in-mittelhessen.de.

BOB sorgt für den sicheren Heimweg (von links, vorne) enwag-Geschäftsführer Detlef Stein hat 1000 BOB-Schlüsselanhänger von Kriminaloberrätin Simone Wagner (Vize-Leiterin der Polizeidirektion Lahn-Dill) und Polizeioberkommissar Marco Bärtl (BOB-Projektleitung) entgegengenommen. Wirt Christian Tasch (hinten) aus Wetzlar macht mit: Wer in Tasch's Wirtshaus einen BOB-Anhänger vorzeigt, bekommt ein alkoholfreies Getränk gratis. (Foto: Wessolowski)

Diese Gaststätten machen mit

Wetzlar (wes). Wer in einer der folgenden Gaststätten in Mittelhessen einen BOB-Schlüsselanhänger vorzeigt, weil er an dem Abend der „Fahrer" ist, bekommt mindestens ein alkoholfreies Getränk vom Wirt spendiert:

- Tasch's Wirtshaus, Wetzlar
- Reit's, Marburg
- Zum Stern, Butzbach
- Havanna-Club, Gießen
- Ulenspiegel, Gießen
- Diskothek Haarlem, Gießen
- Bowling-Center, Friedberg
- Mr. Jones, Gießen
- Tanzlokal Flair, Gießen
- Diskothek Scarabée, Gießen
- Central-Studio, Friedberg
- Café Takt, Gießen
- Bar Lounge, Gießen
- Cucaracha, Gießen
- Ihring's, Gießen
- Melchiors, Gießen
- Ritzi's, Gießen
- Café Melange, Gießen
- Die Kate, Gießen
- News-Café, Gießen
- Restaurant Kloster Schiffenberg, Gießen
- Landgasthof Grüner Baum, Nieder-Rosbach
- Landgasthof Petersburg, Gladenbach
- Gaststätte Zur Linde, Wettenberg
- Schloss Laubach, Laubach
- Casa Atrium, Büdingen
- K & A -Café Rheingold, Büdingen (wes)

DER DIREKTE DRAHT ZUM MEDIZINER

Ist Zahnaufhellung schädlich?

Immer am Mittwoch: 16.30 bis 17.30 Uhr
Der direkte Draht

zum Mediziner
(0 64 71) 93 80 31

Weilburg (red). Können Kopf-, Gesichts- und Nackenschmerzen durch Fehlbelastungen vom Kiefergelenk, der Kaumuskulatur und den Zähnen ausgelöst werden? Ist Bleaching, also Zahnaufhellung, schädlich für Zähne und Zahnfleisch? Zu diesen und anderen Fragen stehen am Mittwoch, 24. Oktober, in der Zeit von 16.30 bis 17.30 Uhr Andrea Thiele und Wolfgang Menk am „Direkten Draht zum Mediziner" zur Verfügung. Die Mediziner sind am Redaktionstelefon in Weilburg erreichbar unter ✆ (0 64 71) 93 80 31. Nach dem Studium zur Zahnmedizin in Gießen beziehungsweise Marburg absolvierten die Zahnärzte eine Zusatzausbildung mit den Schwerpunkten Kiefergelenkserkrankungen und Funktionsdiagnostik an den Universitäten Wien, Boston und Tokio.

Einige der Fragen und Antworten werden am Folgetag auf der Seite „Marktplatz" abgedruckt – auf Wunsch der Anrufer auch ohne Namensnennung.

IN EIGENER SACHE

X@ct spielt mit Jugend

Wetzlar (wes). Zu einem Spielenachmittag lädt X@ct (sprich: iksäkt), die Jugendredaktion dieser Zeitung, alle Spielefreunde für Samstag, 3. November, ab 14 Uhr ins Pressehaus in Wetzlar, Elsa-Brandström-Straße 18, ein. Gemeinsam mit den Nachwuchs-Redakteuren können Klassiker gespielt und neue Spiele ausprobiert werden. Eingeladen sind auch Spieleerfinder aus Mittelhessen, die Spannendes zum Thema berichten können. Wer Lust hat, beim kostenfreien Spielenachmittag mitzumachen, kann sich verbindlich anmelden mit einem Coupon, der am Montag, 22. Oktober, auf der Jugendseite X@ct abgedruckt wird. Mehr Informationen zum Spielenachmittag auch ab Montag bei X@ctie Pelin Aytac unter ✆ (0 64 41) 95 95 59.