



GEMEINSAM HINSCHAUEN, EINSCHREITEN & AUFKLÄREN!

Multiplikatoren-schulung zum Thema Energy-Drinks

Gastgeber: Leuchtturm – Präventionsteam der IGS Stierstadt

Wann: **Freitag, 21. März 2025** von 10.00 Uhr - 12.00 Uhr

Wo: IGS Stierstadt – Kiesweg 17-19 – 61440 Oberursel - **Haus A** - Raum A13

Dozentin: Linda Uhl vom Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den Hochtaunuskreis

Energydrinks sind bei Jugendlichen äußerst beliebt und werden oft als Wachmacher und leistungssteigernde Getränke beworben. Statistiken zeigen, dass fast 70 Prozent aller Jugendlichen Energydrinks konsumieren – und jeder vierte von ihnen trinkt mehr, als gesund ist.

Der übermäßige Konsum dieser Trendgetränke birgt jedoch ernsthafte gesundheitliche Risiken. Neben dem alarmierend hohen Zuckergehalt enthalten Energydrinks problematische Inhaltsstoffe



wie Koffein, Taurin und andere Stimulanzien, die bei Jugendlichen zu Herz-Kreislauf-Problemen, Schlafstörungen und einem erhöhten Suchtrisiko führen können.

Im Rahmen unserer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen stellen wir regelmäßig fest, dass junge Menschen, die mit dem Konsum von Energydrinks verbundenen Risiken nicht angemessen einschätzen können und diesen Getränken unkritisch gegenüberstehen. Es besteht ein dringender Bedarf, sich mit den gesundheitlichen Auswirkungen dieser Getränke vertraut zu machen und fundiertes Wissen weiterzugeben. Die Teilnahme an der kostenfreien Multiplikatoren-schulung zielt darauf ab, schulübergreifend ExpertInnen auszubilden, sodass in größerem Umfang aufgeklärt werden kann.

Mit dem Leitsatz „Gemeinsam schaffen wir mehr“ unterstreicht das Netzwerk Hochtaunuskreis die Wichtigkeit der Zusammenarbeit zwischen Präventionsarbeit, Schulen, Eltern und der Schulsozialarbeit, um ein gesundes Umfeld für die Schüler zu schaffen und sie über die Risiken von Energy Drinks und anderen gesundheitsgefährdenden Gewohnheiten aufzuklären.

Verbindliche Anmeldung bitte per E-mail an: IGS-stierstadt-nachmittagsprogramm@ib.de

