

# Übergewicht im Kollegium

Beitrag von „Elternschreck“ vom 19. Mai 2015 15:36

## Zitat von Elternschreck

Im Lehrerzimmer enthalte ich mich der Süßigkeiten, zum einen, weil sowieso keine Premium-Qualität auf dem Tisch liegt, zum anderen, weil ich nicht die Krankheiten/Beschwerden haben möchte wie etliche KollegInnen, die älter werden. Übergewicht, Zucker, Probleme an den Gelenken etc. möchte ich einfach nicht bekommen.

Mir ist schon klar, dass etliche KollegInnen wegen den anstrengender gewordenen Belastungen im Schuldienst eine gewisse Portion Nervennahrung brauchen. Um mich abzureagieren haue ich da lieber ab und zu vor der Klasse das große Lineal auf den Tisch bis es bricht als meinem Körper übermäßigen Zuckerkonsum zuzumuten.

Wenn ich in Pension gehe, möchte fit wie ein Turnschuh sein. Image not found or type unknown

Ja, ich glaube, ich muss nun doch einiges zurücknehmen. Gestern im NDR 'ne Medizinsendung gesehen. Nach neuesten Forschungen ist da wohl herausgekommen, dass Menschen, die Übergewicht haben, Stresssituationen besser verarbeiten. Und zwar läuft da der Gehirnstoffwechsel, ich erspare mir Details, in Stresssituaionen günstiger ab als bei schlanken Menschen. Etwas dickere Menschen, bei extrem (!) Übergewichtigen ist das natürlich nicht so, seien weitaus weniger schlaganfall- und herzinfarkt anfällig als schlanke.

Kurzum : Habe doch beschlossen, ab jetzt ein wenig dick zu werden und bei den Süßigkeiten im Lehrerzimmer fröhlich zuzulangen. Da ich natürlich Süßigkeiten in Premiumqualität bevorzuge und diese bei uns noch nicht so richtig gewährleistet ist, werde ich in der Konferenz vorschlagen, dass sich für die Umsetzung der Süßigkeiten-Qualitätssteigerung, eine extra Arbeitsgruppe, bestehend aus jungen KollegInnen, installiert. -Das Evaluieren (Probieren der Süßigkeiten) würden wir ältere Kollegen selbstverständlich übernehmen. 8\_o\_)