



Schulgeflüster

Insidermation der WFO Auer

Relaxed durch den Schulalltag



Worüber wir in dieser Ausgabe flüstern...



Die Redaktion stellt sich vor	3
3 Joga-Übungen, um Stress abzubauen	5
Wie gehen Schüler*innen und Lehrpersonen mit Stress um? Wir haben einige dazu befragt...	6
Damit die Lehrpersonen auf dem letzten Stand der Dinge sind... Die besten 10 Ideen fürs Spicken	10
Faschingsfeier – unsere Top 3	11
Was halten die Schüler*innen von der Mensa?	14
<i>Save the date</i>	15
Und noch was zum Grübeln und Lachen...	17
Ein Schlusswort von der Lehrperson:	18
SNUS – weißt du, was du dir da unter die Lippe schiebst?	
Impressum	19



Ich heiße Mara Dibiasi und bin Schülerin der Klasse 4B. In meiner Freizeit treffe ich gerne meine Freunde in Bars und am Wochenende bin ich immer auf jeglichen Feten dabei. Ansonsten höre ich gerne Musik und schaue gerne Filme.

Hallo, ich heiße Julia Lindner, bin 17 Jahre alt und komme aus Neumarkt. besuche ich die 4B. In meiner Freizeit spaziere ich gerne mit meinem Hund Natur, koche sehr gerne oder verbringe Zeit mit meiner Familie. Schwäche: schlecht in „nein“ sagen; Stärke: meine sozialen Kompetenzen.



Zurzeit
in der
Ich bin



Ich heiße Sophie Kofler und bin Schülerin der Klasse 3B. In meiner Freizeit findet man mich beim Serien Schauen, Musik Hören oder beim Anfeuern der Fußballmannschaft Weinstraße Süd. Am Wochenende bin ich auf jeglichen Feten und beim Tanzen anzutreffen. Meine liebste Freizeitbeschäftigung jedoch ist Poledance.

Ich heiße Andrea Palma und gehe in die Klasse 4B. Ich komme aus Auer und bin 18 Jahre alt. In meiner Freizeit spiele ich gerne Klavier und im Winter gehe ich oft eislaufen. Zu meinen Schwächen gehört Kochen, zu meinen Stärken die Zuverlässigkeit.



Ich bin Nadia Bertoldi und bin Schülerin der Klasse 3B. In meiner Freizeit höre ich gerne Musik und unternehme etwas mit meinen Freunden. „Ratschen“ und zusammen Lachen gehören definitiv dazu!



Ich heiße Emma Gasser Messner und gehe in die Klasse 4B. Ich komme aus Margreid und bin 17 Jahre alt. In meiner Freizeit spiele ich gerne Gitarre. Zu meinen Schwächen gehört Putzen, zu meinen Stärken die sozialen Kompetenzen.

Mein Name ist Veronika Solderer und ich bin Schülerin der Klasse 3B. In meiner Freizeit lese ich gerne und unternehme etwas mit meinen Freunden. Meine Stärke ist mein guter Humor.



Ich heiße Madlen Parteli und besuche die Klasse 2B. In meiner Freizeit findet man mich fast immer beim Musik Hören oder beim „Ratschen“ mit meinen besten Freunden in unseren Lieblingsbars. Am Wochenende bin ich fast immer auf „Feten“ unterwegs, besonders im Sommer auf den von mir geliebten „Moosfeten“.

Ich heiße Vera Aschbacher und bin Schülerin der Klasse 3B. In meiner Freizeit gehe ich gerne in den Bergen wandern oder Ski fahren. Die Wochenenden verbringe ich meist mit meinen Freunden. Ich liebe es zu reisen.



Ich bin Prof. Deborah Pichler und unterrichte Spanisch an der WFO Auer. Fremdsprachen sind meine große Leidenschaft. Ich liebe Autorenkino, Kunstturnen und Lego. Fensterputzen hasse ich, dafür zaubere ich gerne beim Kochen.



3 Yogaübungen, um Stress abzubauen

Antriebslosigkeit:

- Komme in den Kniestand. Stelle Knie und Zehen hüftbreit auf, platziere die Hände am unteren Rücken.
- Richte einatmend den Rücken gerade auf und ziehe ausatmend den Bauchnabel Richtung Wirbelsäule.
- Hebe einatmend die Brust nach oben, ziehe Arme und Schultern zurück und lege den Kopf in Verlängerung der Brustwirbelsäule sanft in den Nacken. Falls das unangenehm im Nacken ist, schau einfach zur Brust.
- Wenn du weitergehen möchtest, löse die Hände vom Rücken und setze sie auf den Fersen ab.
- Halte fünf Atemzüge und richte einatmend den Oberkörper auf, lege die Füße ab und setze dich auf die Fersen.

Bei Schlafproblemen:

- Spüre deinen Atem
- Atme 3 Sekunden ein und 4 Sekunden aus
- Versuche deine Ausatmung immer länger werden zu lassen



Bei Stress:

- Knie und Hände sind auf dem Boden
- Strecke beim Einatmen den rechten Arm und das linke Bein gerade aus, während du nach vorn schaust.
- Beim Ausatmen ziehen Arm und Bein wieder Richtung Körpermitte und du ziehst den Kopf ein.
- Wiederhole den Ablauf zwölfmal.

Recherchiert aus dem Internet: Vera Aschbacher

Wie gehen Schüler*innen und Lehrpersonen mit Stress um? Wir haben einige dazu befragt...

Interview mit Hannes Werth:

Finden Sie einen Ausgleich zum Schulalltag wichtig? Warum?

Ja, es ist wichtig auch einmal an andere Sachen zu denken und sich vom ganzen Schulstress abzulenken.

Was machen Sie als Ausgleich zu Ihrem Alltag?

Ich treffe mich sehr oft mit Freunden und unternehme viel, z.B. gehe ich am Wochenende sehr gerne feiern, und die Sonntage bin ich im Fußballverein Weinstraße-Süd tätig.

Gibt es Tage an denen Sie gar keine Lust auf Schule haben?

Ja, aber das gehört eben auch dazu.

*Denken Sie sich bei manchen Schüler*innen, dass Sie die Schule zu ernst nehmen?*

Ja, jedoch gibt es immer welche, die sich mehr anstrengen und die, die nur das nötigste tun. Ich finde beides gut.

Was sind Ihre 3 Punkte um einen stressigen Schultag zu überleben?

Schlafen, Freunde und Musik.



Madlen Parteli, Vera Aschbacher

Interview mit Sophia



Stelle dich zu Beginn kurz vor.

Ich heiße Sophia Pichler und bin 18 Jahre alt. Ich bin Schülerin der Klasse 5B und wohne in Auer.

Hast du außerschulische Hobbys?

Ja, ich spiele Klarinette im Konservatorium, mache modernen Gesang in der Musikschule und spiele Klavier.

Wie oft in der Woche gehst du deinem Hobby nach?

Ins Konservatorium und in die Musikschule gehe ich jeweils einmal pro Woche. Vor Konzerten oder Veranstaltungen machen wir aber meist noch zusätzliche Proben, welche dann auch noch zu den regulären Proben hinzukommen. Zum Üben komme ich leider nicht jeden Tag. Dabei kommt es auch immer darauf an wie viel ich für die Schule zu tun habe. Zu singen hingegen versuche ich jeden Tag, auch wenn es nur

eine Nebenbeschäftigung ist. Meistens begleite ich mich auch mit dem Klavier.

Du bist ja eine Maturantin, wie viele Stunden pro Tag bereitest du dich auf die Schule vor?

Ich lerne ca. 1-2 Stunden pro Tag, manchmal aber auch mehr oder weniger, das hängt von der Menge und vom Fach ab. Für Hausaufgaben brauche ich zwischen 30min und einer Stunde.

Wie schaffst du es Schule und Hobbys zu vereinen?

Für mich ist es nicht immer einfach Schule und Hobbys zu vereinen. Oft mache ich mir einen Plan, wo ich aufschreibe was ich an einem Tag alles zu tun habe. Meistens mache ich die Hausaufgaben als erstes, versuche ein wenig zu üben und lerne erst später.

Fühlst du dich manchmal gestresst Schule mit Musik vereinen zu müssen?

Ja, ich fühle mich öfters gestresst. Aber Musik bereitet mir Freude und es ist für mich ein guter Ausgleich zur Schule. Wenn ich die Musik nicht hätte, würde sie mir sehr stark fehlen. Nach der Schule würde ich auch gerne mit der Musik weiter machen.

Hast du Tipps wie man mit Stress umgehen kann?

Um ehrlich zu sein, kann ich selbst oft nicht gut mit Stress umgehen. Es kommt öfters vor, dass ich am Tag vor der Prüfung erst am Abend anfangen kann zu lernen. In solchen Momenten bin ich natürlich gestresst und nervös. Was mir auch hilft ist, sofern ich es zeitlich schaffe, schon einige Tage vor der Prüfung oder den Test anzufangen zu lernen. Ich teile mir den Stoff dann auf und lerne immer einen Teil. Somit muss ich es am Tag vorher nur noch wiederholen. In solchen Momenten bin ich dankbar für meine Eltern, weil sie mich immer unterstützen und mir helfen wo sie können. Auch der Glaube an Gott hilft mir weiter. Oft wenn ich überfordert bin, gebe ich meine ganze Angst und den Stress an Gott ab. Er gibt mir Friede und Ruhe. Wenn ich nur 10% geben kann gibt er die restlichen 90%. Ich gebe das was ich kann und er gibt den Rest. Gott ist treu und ich kann mich immer auf ihn verlassen. Es läuft nicht immer alles perfekt, aber ich weiß, dass er einen Plan für mich hat und dass er mich nie allein lässt.

Gibt es dabei etwas, das du verbessern könntest?

Ja, ich kann auf jeden Fall etwas verbessern. Z.B könnte ich mir die Zeit besser einteilen, früher anfangen zu lernen und auch Hausaufgaben gleich erledigen.

Danke für das Interview. Es war sehr interessant und viel Erfolg mit deiner Musik!

Emma Gasser Messner & Andrea Palma

Interview mit Prof. Moscon Marion

Finden Sie Ausgleich zum Schulalltag wichtig? Warum?

Auf jeden Fall sei es für Schüler wie für Lehrer. Ihr kennt es ja selber. Manchmal seid ihr mit Aufgaben, Prüfungen und Tests vollgepackt und wenn ihr dann direkt nach Hause geht und dort weiter lernt, dann habt ihr irgendwann keine Ruhe mehr. Also ihr Schüler braucht den Ausgleich auf jeden Fall, aber auch wir Lehrer brauchen ihn, uns geht es ja gleich in dieser Hinsicht.



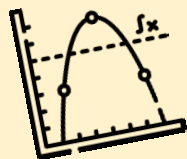
Was machen Sie als Ausgleich zu Ihrem Alltag?

Mein bester Ausgleich ist nach wie vor die Musikkapelle, da finde ich meine Ruhemomente und kann abschalten. Oder auch zu Hause einfach auf dem Sofa liegen, nichts tun, Fernseher schauen oder ein gutes Buch lesen.

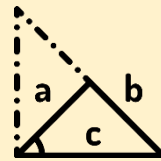


Gibt es Tage, an denen Sie am liebsten im Bett bleiben würden, anstatt in die Schule zu gehen?

Jein. Es gibt Momente, in denen man denkt „Okay, ich habe heute einen stressigen Tag vor mir... * Nein, je nachdem wie der Tag ist. Heute z.B. bin ich ziemlich müde, dann habe ich mir gedacht „Okay, jetzt ziehe ich durch und lege mich am Nachmittag dann wieder hin.“



*An diesem Punkt hat Herr Prof. Gasser ungefragt seine Meinung mit uns geteilt: „Je nachdem wie das Bett ist; ist man alleine im Bett oder ist es schon von jemandem belegt 😊“



Haben Sie Schüler, bei denen Sie denken, dass sie die Schule zu ernst nehmen bzw. zu viel für die Schule tun?

Einzelne vielleicht, die die Schule ernst nehmen, lernen und sich gut auf den Unterricht vorbereiten, aber zu viel lernen hätte ich noch keine erlebt.

Was sind Ihre drei Punkte, damit Sie gelassen durch den Schulalltag gehen?

1. Ganz ehrlich? Die richtigen Klassen, also es hängt davon ab, in welche Klasse ich gehen muss.
2. Kaffeepausen müssen sein.
3. Eine gute Vorbereitung.



Nadia Bertoldi & Veronika Solderer

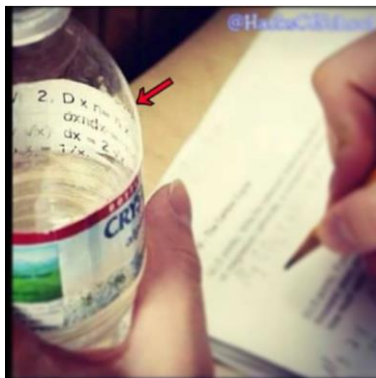
Damit die Lehrpersonen auf dem letzten Stand der Dinge sind...

Die besten 10 Ideen fürs Spicken

„Wer später lernt, hat länger frei“ – nach diesem Motto verlässt du dich in Klausuren lieber auf den Spickzettel, statt auf dein Gedächtnis. Hier erfährst du alles über die effektivsten Spickmethoden.

Nr.1: Die Trinkflasche

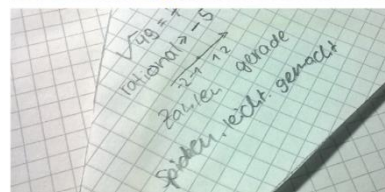
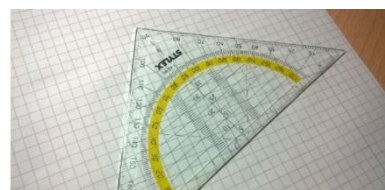
Hier gibt es zwei Varianten: Wenn du eine Plastikflasche verwendest, kannst du auf die Innenseite des Etiketts deinen Spicker kleben. Wenn du hingegen eine Metallflasche verwendest, kannst du deinen Spicker in den Deckel der Flasche kleben. Der Vorteil hierbei: Die Professoren dürfen dir das Trinken nicht verbieten.



Nr.2: Das Geodreieck

Zeichne dazu die Umrisse deines Geodreiecks auf ein kariertes Papier. Schneide anschließend die Form aus und schreibe deine Notizen auf eine Seite. Nun klebst du die

Dreiecksform von hinten auf dein Geodreieck. Achte darauf, dass die beschriebene Seite nach unten zeigt, also dass man sie nicht durch das durchsichtige Plastik deines Geodreiecks sieht. Während der Arbeit kannst du das Geodreieck so auf dein kariertes Blatt legen, dass die Linien deines Spickers genau darauf passen.



Nr. 3: Der Tisch

Kritzle mit Bleistift auf deinen Tisch, lege während der Ausgabe der Tests den Arm darüber und schon kannst du während dem Test alles abschreiben. Der Vorteil: Nachdem du alles Nützliche abgeschrieben hast, kannst du die Schrift mit deinem Finger verwischen und keiner kann dir deinen Betrug nachweisen.



Nr. 4: Das Taschentuch

Eignet sich nur, wenn du wirklich ein wenig erkältet bist oder wenigstens gut simulieren kannst. Einen kleinen beschriebenen Zettel im zerknüllten Taschentuch verstecken und beim Naseschnäuzen einen Blick riskieren.



Nr.5: Die Abdeckung des Taschenrechners

Schreibe deine Notizen so klein wie möglich auf einen Zettel. Anschließend klebst du ihn möglichst weit unten auf die Innenseite der Abdeckung deines Taschenrechners. Dieser Trick funktioniert nur bei Arbeiten, bei denen du wirklich einen Taschenrechner brauchst. Wenn dein Rechner z. B. bei einem Deutschaufsatz auf dem Tisch liegt, ist das verdächtig.



Nr.6: Grau auf grau

Lege ein liniertes oder kariertes Papier (je nach Fach) in deinen Drucker ein. Nun druckst du deine Notizen auf das Papier, wählst dafür aber einen sehr hellen Grauton als Schriftfarbe. Die Schrift sollte so hell sein, dass du sie gerade noch lesen kannst, man aber von weitem nicht erkennen kann, dass du spickst.



Nr.7: Unter den Schuh geklebt

Für diese Spickmethode brauchst du einen Freund oder eine Freundin, der bzw. die in der Arbeit genau vor dir sitzt. Auf der Schuhsohle dieser Person wird der Spickzettel angebracht. Während der Arbeit sollte er oder sie die Füße so unter den Stuhl schieben, dass die Schuhsohlen nach oben zeigen. So kannst du problemlos lesen, was darauf steht. Aber Achtung, du solltest diesen Spicker in sehr großer Schrift schreiben, damit du ihn auch aus Entfernung gut lesen kannst.



Nr.8: Der transparente Spicker

Dieser Spickzettel ist ziemlich aufwendig – aber effektiv. Du erstellst ihn in kleiner Schriftgröße am Computer und druckst ihn auf transparente, Selbstklebefolie aus. Anschließend schneidest du den Spickzettel aus und klebst ihn z. B. auf die Verpackung einer Süßigkeit, eines Trinkpäckchens oder einer Handcreme. Dein Spicker sieht dann aus, wie die Liste der Inhaltsstoffe und fällt gar nicht auf.



Nr.9: Der (un)auffällige DIN-A-4-Spickszettel

Manchmal werden die offensichtlichen Spicker von der Lehrkraft übersehen, kleine Zettelchen jedoch direkt erspäht. Deshalb kannst du deine Stichpunkte im Voraus auf ein liniertes oder kariertes Papier (je nach Fach) schreiben. Notiere oben das Datum der Klausur, deinen Vor- und Nachnamen, sowie die Überschrift „Mathe-Klausur“ o. Ä. Verwende beim Schreiben des Spickers denselben Stift, den du auch während der Arbeit verwenden wirst. Das Papier legst du ganz nach hinten in deinen Block und holst es circa zehn Minuten nach Beginn der Klausur hervor. So wirkt es, als hättest du dir vorab Notizen gemacht, die du nun ins Reine schreiben willst.



Nr.10: Oberschenkel-Spicker

Diese Spickmethode bietet sich für den Sommer an. Schreibe deine Notizen mit einem Stift auf deine Oberschenkel. Trage darüber einen Rock oder eine kurze Hose, die du etwas hochschieben kannst, um dir während der Arbeit den Spicker anzusehen. Wenn deine Lehrerin oder dein Lehrer vorbeikommen, schiebst du das Kleidungsstück schnell wieder darüber. Der Vorteil hierbei ist: Die Lehrperson wird dich niemals darum bitten, die Hose oder den Rock anzuheben.



Recherchiert aus dem Internet: Mara Dibiasi

Faschingsfeier 2023 – unsere Top 3

Am Donnerstag, den 16. Februar fand in der Sporthalle Schwarzenbach unsere jährliche Faschingsfeier statt.



Jede Klasse verkleidete sich nach einem bestimmten Motto. Auch einige Lehrer haben sich verkleidet. Die Klassen zogen nacheinander in die Sporthalle ein, wo sie von einer Jury aus Lehrern bewertet wurden. Den 3. Platz belegte die Klasse 3B mit dem Kostüm „Cheerleader und Footballplayer“, den 2. Platz konnte sich die Klasse 5B mit dem Kostüm „Wickie und die starken Männer“ ergattern. Die Trophäe in Form einer Torte holte sich allerdings die Klasse 4B welche sich als „Schneewittchen und die 17 Zwerge“ verkleidet hat.

Dieses Jahr spielten die Schüler nicht Broomball auf dem Eisplatz, sondern Volleyball in der Sporthalle. Als Sieger dieses Turniers ging wieder die Klasse 4B hervor.

Auch unsere Redaktion hat die Kostüme der Klassen und der Lehrer bewertet. Hier sind unsere top 3:

Lehrer:

1. „Pipi Langstrumpf“ Deborah
2. „Gärtner“ Vescoli
3. „Rosa Blume“ Mühlsteiger

Klassen:

1. „Wickie und die starken Männer“ 5B
2. „Schneewittchen und die 17 Zwerge“ 4B
3. „Das Freudenhaus“ 5A



Auch heuer fand das jährliche Spiel „Maturant*innen vs. Lehrpersonen“ statt, dabei siegte das Team unserer Abschlussklässler.

Die Feier konnte die Schulgemeinschaft mit einem leckeren Faschingskrapfen ausklingen lassen.

Was halten die Schüler*innen von der Mensa?



Wir haben einige Schüler*innen der WFO zum Essen der Mensa befragt. Alle Befragten tendierten dazu, dass das Jausenangebot der Mensa lecker sei, und der einzige Kritikpunkt jener ist, dass die Vanillecroissants nicht ganz durchgebacken sind. Bezüglich Mittagessen hingegen spalten sich die Meinungen der Schüler*innen. Einige finden das Angebot gut, andere sind jedoch der Meinung, dass es mehr Abwechslung brauche. Das Mittagsmenü wiederholt sich nämlich laut ihnen häufig, was zur Folge hat, dass die Vegetarier unter uns sehr

begrenzt über Auswahlmöglichkeiten verfügen. Weitere Schüler*innen fanden die Mensa 2019/20 wesentlich besser in Bezug auf Varietät und Qualität, und würden vorschlagen, dass beispielsweise die Kartoffeln mehr angebraten sein sollten, und es mehr Saucen geben sollte (z.B. Gulasch mit Reis bräuchte mehr Sauce). Zudem wünschen sich viele, dass das Dressing (Öl, Essig, Salz, Pfeffer) für Salate separat aufgestellt wird, damit die Schüler*innen sich den Salat selbst nach eigenem Belieben zubereiten können.

Mara und Julia 4B

Save the date



- Was? **Natura Ball Wisslyz – Klasse 5bn**
- Wo? **Kulturhaus Kurtatsch**
16+
Preis: 20 €
Dresscode: Abendkleidung



- Was? **Maturafete G&V WFO Auer- Klasse 5a**
- Wo? **Neumarkt, Würth- Arena Parkplatz**
Dresscode: keiner





- Was? **Markusmarkt 23'- Fete**
- Wo? **Auer**
- Uhrzeit? **11.00-00.00 Uhr**
16+



He, ab in den Süden, der Sonne hinterher!

Wir wünschen allen Schüler*innen und Lehrpersonen eine unterhaltsame und erlebnisreiche Reise nach:

Barcelona- 5A & 5B

Neapel- 4A

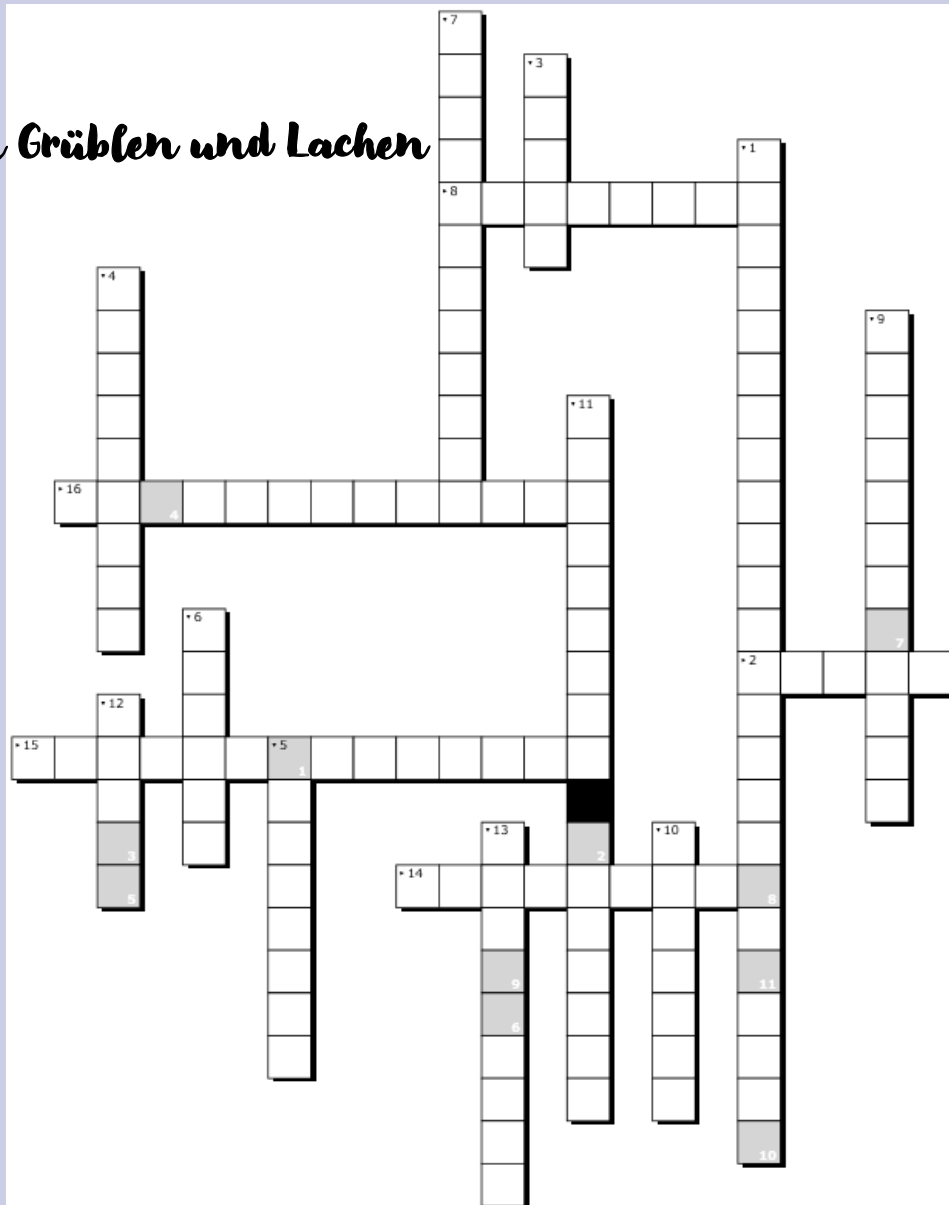
Málaga- 4B

Caorle -3A& 3B



Sophie Kofler

Und noch was zum Grübeln und Lachen



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator
<https://www.xwords-generator.de/de>

1. Welches Fach ist gesucht?
2. Eine Möglichkeit für den Ausgleich zum Schulstress.
3. Man sollte die Schule nicht zu ... nehmen.
4. Um Schulstress zu vermeiden, sollte man sich den Schulalltag gut...
5. Schüler*innen freuen sich am Wochenende lange zu...
6. Schüler*innen mögen es nicht in ihrer Freizeit zu...
7. Lehrer*innen geben gerne ... über die Ferien.
8. Schüler*innen freuen sich, wenn diese Sache in ihrem Schulalltag vorkommt.
9. Auf das freuen sich alle Schüler*innen und Lehrer*innen.
10. Damit kann man sich seine Noten leicht verbessern.
11. Nicht jede*r Lehrer*in macht diese Sache.
12. Es gibt Schüler*innen, die sich mit ... besser konzentrieren können.
13. Nachhilfe an unserer Schule nennt man...
14. Darauf legen Lehrer*innen großen Wert.
15. Manche Schüler*innen müssen sich vor der ... anstrengen.
16. Zwischen Versetzung und Sitzenbleiben liegen die...

Top 3 Lehrersprüche, die uns den Tag versüßen:

Zitat Agatha Sparber: „Lei bar Sparber ischs fein“ und „I hon olm recht“

Zitat Hannes Perwanger: „Soll und haben sind sehr toll“ und „das ist der Schwindelzettel 5.353 (irgendeine random Nummer)“

Zitat Veronika Köhl: „Es muss geprüft werden“.

Veronika Solderer & Sophie Kofler

Ein Schlusswort von der Lehrperson:

SNUS – weißt du, was du dir da unter die Lippe schiebst?



Du stinkst nicht nach Rauch, die Lehrperson merkt es kaum und du brauchst nicht einmal ins Freie gehen, um davon Gebrauch zu machen. Klingt doch verlockend oder? Aber was genau ist Snus, und welche Folgen hat sein Konsum für dich?

Es handelt sich um einen kleinen Teebeutel ähnlichen Mundtabak, der unter die Oberlippe gedrückt wird. Das Gemisch aus Tabak, Salz, Aromen und Wasser ätzt dabei das Zahnfleisch unter der Oberlippe auf, wodurch das im Tabak enthaltene Nikotin ins Blut eindringt und somit dieselbe Wirkung von Zigaretten hat. Dass Tabak schädlich für unseren Körper ist, ist weitläufig bewiesen. Doch zu glauben, dass sein Konsum im Beutelchen weniger Schäden in deinem Körper anrichtet, als das Rauchen von Zigaretten, ist ein völliger Irrtum. Tatsächlich bleiben durchs Snusen die Lungen intakt, aber rechnen musst du kurzfristig mit der Schädigung des Zahnfleisches, der Zähne und des Mundraumes, sowie langfristig mit der Zahnfleischrückbildung, der Veränderung der Schleimhäute, mit Magengeschwüren und nicht zuletzt mit Mundhöhlentumor.

Warum konsumieren viele Jugendliche in deinem Alter dennoch Snus, obwohl sie die ebengenannten Folgen kennen? Die Antwort ist ganz einfach: Sie sind abhängig vom Wirkstoff Nikotin, das im Tabak enthalten ist. Nikotin ist eine Substanz, die die Tabakpflanze zur Schädlingsabwehr produziert. Für uns

Menschen ist es ein Nervengift, das bei Hoch- oder Überdosierung zu massiven Vergiftungserscheinungen führen kann. Neben der mentalen und körperlichen Abhängigkeit erhöht Nikotinkonsum massiv das Risiko an Schlaganfällen und Herzinfarkt, da er massiv das Herz-Kreislaufsystem belastet. Es macht hier absolut keinen Unterschied aus, in welcher Form der Tabak eingenommen wird: Zigarette und Snus vergiften deinen Körper auf dieselbe Art und Weise, wobei der Nikotingehalt in den Snusbeutelchen vergleichbar mit dem von fünf Zigaretten ist. In der Zeit, in der du ein Snussäckchen unter deiner Oberlippe hast, hättest du folglich fünf Zigaretten geraucht. Das ist doch wahnsinnig, oder?

Snus kommt im Übrigen aus Schweden und sein Verkauf gilt in Italien, sowie in allen anderen europäischen Staaten – auch über das Internet – verboten. Die Hersteller, die ihr Produkt trotzdem vertreiben möchten, umgehen das Verbot, indem sie den oralen Tabak als “Kautabak” deklarieren, wodurch es in den typisch runden Plastikdosen teilweise auch bei uns verkauft werden kann. Fazit ist aber, dass die Beschönigung des Namens nicht die Schäden behebt, die Snus bei dir kurz- und langfristig auslöst, wenn du davon Gebrauch machst.

Impressum

Schulgeflüster:	Schülerzeitung der Wirtschaftsfachoberschule in Auer
Redaktionsschluss dieser Ausgabe:	31.03.2023
Herausgeber:	Schulgeflüster – <i>Insidermation</i> der WFO Auer
Redaktion:	Aschbacher Vera (3B), Bertoldi Nadia (3B), Dibiasi Mara (4B), Gasser Messner Emma (4B), Kofler Sophie (3B), Lindner Julia (4B), Parteli Madlen (2B), Solderer Veronika (3B), Pichler Deborah (Prof)
Auflage:	1. Auflage 31.03.2023

