

## Zum Nachdenken: „Quengelware im Supermarkt“



Für viele Supermarktbesucher mit Kindern der Horror schlechthin: Bei der Kassa im Supermarkt anstellen, die Lebensmittel eines vollgefüllten Einkaufswagens aufs Förderband legen, die Kinder sind schon ungeduldig – und dann kommen sie, die mit Süßigkeiten gefüllten Regale direkt bei der Kassa. Eine wahre Herausforderung, alle Erziehungsansätze konsequent umzusetzen, weiterhin „nein“ zu sagen zum quengelnden Kind, mitten unter gestressten Menschen, die alle möglichst schnell für ihren Einkauf bezahlen möchten und den Laden verlassen wollen.

Wäre es nicht einfach wunderbar, wenn die Kassen frei wären von diesen verlockenden Süßwaren, die genau auf Augenhöhe der im Einkaufswagen sitzenden Kinder platziert sind?

Verbraucherinitiativen fordern schon seit Jahren, dass Supermärkte und Discounter im Kassenbereich keine sog. „Quengelware“ wie Schokolade, Süßigkeiten etc. anbieten sollten.

Die Umsetzung ist jedoch sehr schwierig, denn genau von diesen verhältnismäßig kleinen Regalen profitieren Supermärkte extrem gut. Die Marge ist bei Süßwaren so hoch, dass diese „Impulswaren“ im Kassenbereich wirtschaftlich gesehen die wichtigsten Ertragsbringer darstellen.

Jedoch alleine durch die Verbannung der Süßwaren aus dem Kassenbereich kann keine gesunde Ernährung erzielt werden. Zu Bedenken ist ganz allgemein, wie mit Süßigkeiten umgegangen wird, welche Regeln es in der Familie gibt und welche Vorbilder in dieser Hinsicht die Erwachsenen sind. Außerdem ist auf eine generelle gesunde und ausgewogene Ernährung zu achten und Bewegung.



### Fazit:

Vermutlich werden wir weiterhin nährstoffarme und gleichzeitig sehr energiereiche (also kalorienreiche) Lebensmittel wie Schokoladewaren und Co in den Kassabereichen der Lebensmittelmärkte finden. Erfreulich ist, dass schon einige Supermärkte kurz vor den Schokoladereihen klein abgepackte Nüsse, Fruchtmspäckchen etc. anbieten. Diese Produkte zählen zwar ebenfalls zu den Snacks, sind aber den klassischen Naschereien vorzuziehen.

Alles in allem gilt es, sich zu überlegen, wie man mit dieser Situation und dem oftmals damit verbundenen Stress umgehen möchte. Welche Botschaft soll dabei an die Kinder gehen??

Ein Meilenstein dabei: **REDEN, REDEN, REDEN!** Erklären Sie den Kindern, warum ein Zuviel an Süßigkeiten nicht gut ist, welche negativen Auswirkungen es geben könnte (Zähne, Unwohlsein, Übelkeit, Bauchschmerzen usw.) und erinnern Sie an „Nasch-Regeln“, die es zu Hause geben sollte! Wie z.B. Naschen erst am Nachmittag, jeden Tag eine kleine Portion etc.