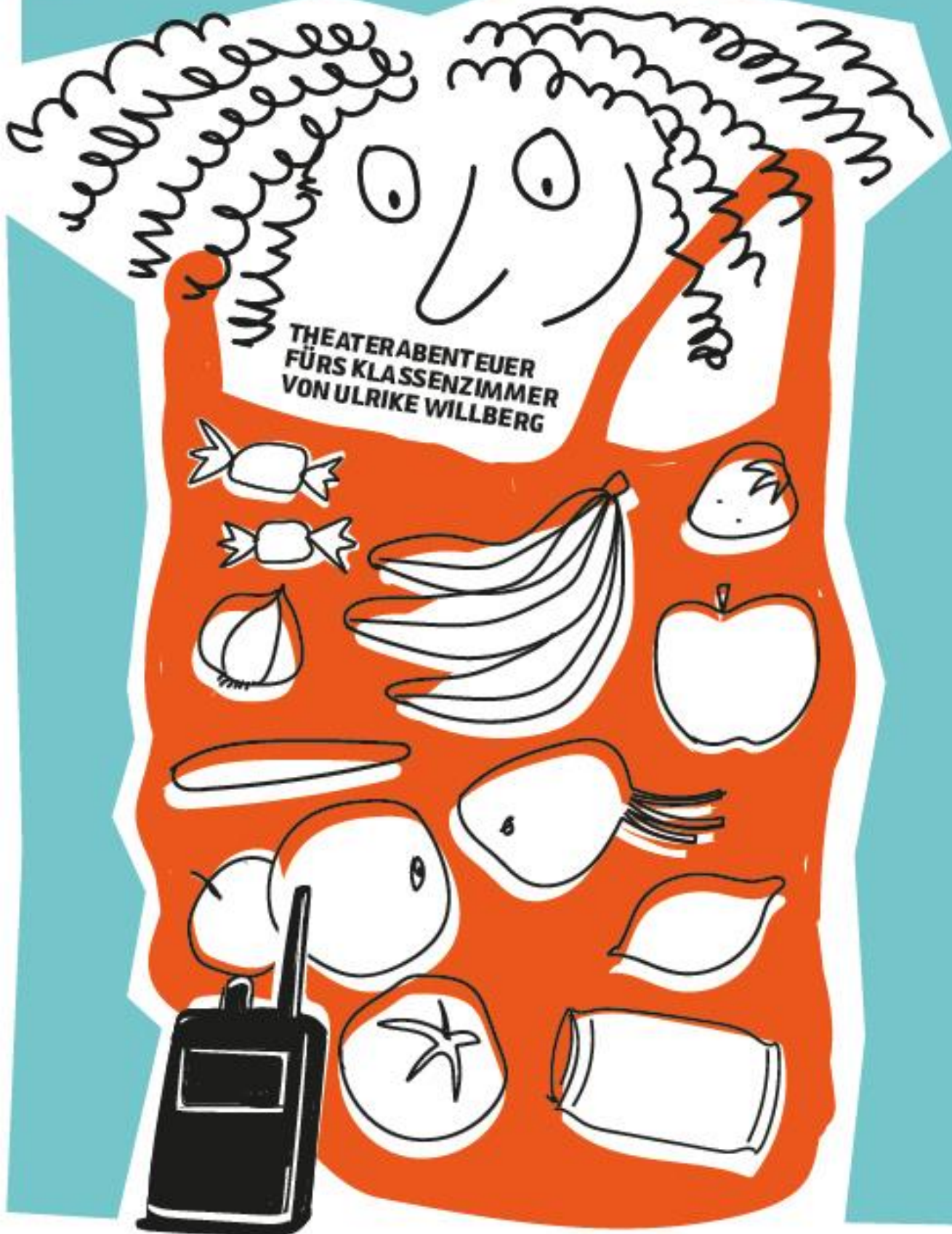





# ZUCKERALARM


## BEGLEITMATERIAL


Hintergrundinformationen  
und theaterpädagogische  
Anregungen




# INHALT

	Begrüßung	3
	Stückinfo	4
	Hinweise zum Theaterspiel in der Schulklasse	5


	Wieviel Zucker ist okay?	6
---	--------------------------	---

	Rezepte zum Nachkochen	9
---	------------------------	---



	Der Zucker-Selbsttest	10
--	-----------------------	----


	Spielpraktische Übungen	11
---	-------------------------	----

	Gesprächsimpulse	13
---	------------------	----

	Literatur- und Medientipps	14
---	----------------------------	----

	Quellen	14
---	---------	----

	Informationen	
	Anwendungsmöglichkeit	

 geeignet zur Vorbereitung des Vorstellungsbesuchs

 geeignet zur Nachbereitung des Vorstellungsbesuchs

**Herausgegeben von:**

Theater Dortmund /  
KJT Theatervermittlung und Dramaturgie:  
Anna Herguth-Trier, Erika Schmidt-  
Sulaimon und Lennard Walter  
Intendant: Andreas Gruhn  
Spielzeit 2025/2026

# LIEBE PÄDAGOG\*INNEN, LIEBE INTERESSIERTE,

Emma Stern, Agentin der Agentur für Weltverbesserungspläne aus der Sektion ‚Lecker‘, hat eine Mission: Sie will den Menschen Appetit auf gesundes Essen machen, über Nahrungsmittel aufklären und dem Zucker den Kampf ansagen. Denn nach einem Zucker-Koma hat sie keine Lust mehr auf Naschen, sondern Welt retten! Und weil das mit dem Welt retten alleine nicht klappt, sucht sie pfiffige Co-Agent\*innen. Doch die Zuckermafia ist Emma schon auf den Fersen! Aber die Ernährungsagentin ist flink, klug und raffiniert – sie ist bereits an ihrem Einsatzort und kocht gegen die Zeit und für die Weltverbesserung. Kulinarischer Spionage-Krimi mit Vitamin-Suchtpotenzial.

Bianka Lammert spielt die Ernährungsagentin flink, gewitzt und raffiniert. An ihrem Einsatzort wird gekocht, sodass gute Ernährung auch sinnlich erfahrbar wird. In einer Neuauflage tourt der Klassiker von 2016 wieder durch Dortmund, randvoll mit guten Sachen und theaterpädagogisch begleitet.

Auf den folgenden Seiten finden Sie Hintergrundinformationen, sowie auch Anregungen für die Vor- und Nachbereitung zu „Zuckeralarm“.

Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle auch an unsere Expert\*innen der Probenklasse der Landgrafenschule.

Wenn Sie konkrete Fragen haben oder uns eine Rückmeldung zum Begleitmaterial oder zur Inszenierung geben möchten, dann schreiben Sie uns:

[theatervermittlungkj@theaterdo.de](mailto:theatervermittlungkj@theaterdo.de)

Viel Freude beim Ausprobieren und ein positives Theatererlebnis wünschen

Anna Herguth-Trier (Theatervermittlung),  
Lennard Walter (Dramaturgie)



**MEINE MISSION: „REAL FOOD NOW!  
RICHTIGES ESSEN JETZT!“**

## ZUCKERALARM

### THEATERABENTEUER FÜRS KLASSENZIMMER, DIE SCHULKÜCHE UND ANDERE EINRAUMWOHNUNGEN VON ULRIKE WILLBERG

Für die Klassen 2 bis 5

Wiederaufnahme Premiere am 05.  
September 2025  
KJT Dortmund - Theater für junges  
Publikum

Aufführungsdauer 50 Minuten

Es spielt:

Bianka Lammert Emma Stern

Regie Isabel Stahl  
Ausstattung Theresa Mielich  
Dramaturgie Lennard Walter,  
Lioba Sombetzki

Theatervermittlung Anna Herguth-Trier

Zuckeralarm wird von der Stadt Dortmund  
und dem EU-Förderprogramm Turning  
Tables finanziert.

Vorstellungen von Zuckeralarm können  
von allen Schulen in Dortmund kostenfrei  
gebucht werden.

Weitere Infos und Buchung:  
[kjt@theaterdo.de](mailto:kjt@theaterdo.de)

Weitere ausführliche Hinweise entnehmen  
Sie unserer [Homepage](#).

Bilder- sowie Videomaterial zum Stück  
finden Sie hier: [Zuckeralarm: Theater  
Dortmund](#).



# HINWEISE ZUM THEATERSPIEL IN DER SCHULKLASSE

## Ein Klassenzimmerstück vs ein Besuch im Theater

Die Besonderheit eines Klassenzimmerstückes ist, dass Sie mit Ihrer Gruppe nicht ins Theater kommen, sondern wir zu Ihnen in die Schule. Es wird in Ihrem Klassenzimmer gespielt. Theater im Klassenraum ist anders als das Theaterspiel im Theatersaal und natürlich anders als im Kino, wo das Erleben einseitig in den Zuschauendensitzen stattfindet. Eine Theatervorstellung lebt von der Kommunikation zwischen Schauspieler\*innen und Publikum. Die Schauspieler\*innen nehmen ihr Publikum sehr genau wahr und müssen bei jeder Vorstellung auf Lacher, Zwischenapplaus und anderer Reaktionen spontan reagieren. Gespräche mit anderen, das Spiel mit dem Handy, eine raschelnde Bonbontüte oder Kaugummi-Kauen stören erheblich.

Im Klassenraum Theater zu spielen unterscheidet sich in den genannten Punkten nicht, jedoch bekommt die Schauspielerin einen noch intensiveren Kontakt, sowie Nähe zu den Kindern. Sie spielt in einem Klassenraum, der auch nicht großartig verändert wird. Das bedeutet: Es wird kein Bühnenbild aufgebaut oder Scheinwerfer installiert. Somit erhalten die Kinder einen direkten Zugang und erleben Theater auf einer anderen Ebene. Auch das Spiel von Requisiten kann begrenzt sein. Es kann durchaus sein, dass Tische und Stühle verrückt werden.

Wer die Arbeit der Schauspielerin respektiert, redet, trinkt, isst und telefoniert nicht während der Vorstellung und verlässt den Klassenraum während der Vorstellung nur im (Toiletten-) Notfall. Smartphones und sonstige elektronische Geräte sollten ganz ausgeschaltet werden.

Und am Ende: Applaus! Am Ende der Vorstellung verbeugt sich die Schauspielerin und das Publikum applaudiert. Mit dem Applaus zeigt man, dass man den Einsatz der Schauspielerin wertschätzt. D.h. auch wenn einem die Aufführung in Teilen nicht gefallen hat, spendet man Applaus. Natürlich kann man mehr oder weniger begeistert in die Hände klatschen, aber gar nicht zu klatschen ist unhöflich!

## Ankunft in der Schule

Wir kommen ca. eine halbe Stunde vor Vorstellungsbeginn in Ihre Schule. Wenn die Schüler\*innen in der Pause sind, richten sich die Schauspielerin und Theaterpädagogin in der Klasse ein. Wenn die Pause zu Ende ist, kommen die Schüler\*innen in die Klasse und die Vorstellung kann beginnen. Die Vorstellung geht ca. 50 Minuten.

## Nachgespräch

Direkt im Anschluss an die Vorstellung findet im Klassenraum ein Nachgespräch mit der Schauspielerin und der begleitenden Theaterpädagogin statt. Hier ist Raum für Austausch zu dem gerade Gesehenem sowie Fragen zum Inhalt des Stückes und an die Schauspielerin.

Dauer: 35-45 Minuten

Insgesamt verbringen wir zwei Schulstunden, also 90 Minuten miteinander.



## WIE VIEL ZUCKER IST FÜR KINDER OKAY UND WORAUF SOLLTEN WIR ACHTEN?



© Birgit Hupfeld

Eis, Limonade, Nudeln mit Ketchup, Schoko-Müsli – das essen und trinken die meisten Kinder gerne. Doch diese Lebensmittel haben eines gemeinsam: In ihnen steckt viel ungesunder

Zucker. Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollten Kinder weniger als zehn Prozent ihrer täglichen Energiezufuhr durch Zucker abdecken. Besser wäre eine Energiemenge von unter fünf Prozent.

Diesen Empfehlungen hat sich die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) angeschlossen. Dazu zählt Zucker, der Lebensmitteln zugesetzt wird sowie der Zuckergehalt in Honig und Säften. Fructose, also die Zuckerart, die in unverarbeitetem Obst steckt, rechnen die Mediziner\*innen dabei nicht dazu. Maximal zehn Prozent klingt zunächst abstrakt. Eine einfache Empfehlung des Berufsverbands für Kinder- und Jugendärzte ist daher: Mehr als 25 Gramm Zucker pro Tag sollten es demnach für Kinder nicht sein. Das sind knapp sechs kleine Teelöffel.

Außerdem raten die Expert\*innen dazu, Zuckerzusatz in Speisen oder Getränken bei Säuglingen und Kleinkindern unter zwei Jahren komplett zu vermeiden.

### Was kann passieren, wenn Kinder täglich zu viel Zucker essen?

Sechs Teelöffel Zucker am Tag – das hört sich erstmal wenig an. Daher verwundert es nicht, dass der Zuckerkonsum in Deutschland deutlich zu hoch ist. Laut DGE macht Zucker bei Kindern im Durchschnitt 17,5 Prozent der täglichen Energiezufuhr aus.

Zudem verweisen Ärzt\*innen darauf, dass viele Kinder, die sehr zuckerhaltige Lebensmittel essen, gleichzeitig zu wenig Obst, Gemüse, Vollkornprodukte und fettarme Milchprodukte zu sich nehmen. Das kann leider auch gesundheitliche Folgen haben: Für Kinder, die zu viel Zucker am Tag essen, steigt unter anderem das Risiko für Übergewicht, Diabetes mellitus Typ 2 und Karies. Langfristig ist so die Wahrscheinlichkeit erhöht, Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck oder einen Herzinfarkt zu bekommen. Auch rheumatische Erkrankungen, wie Gicht, können häufiger auftreten.

### Wieviel Zucker am Tag: Das sind die Fallen

Nach Angaben der DGE wird der größte Teil über Süßwaren verzehrt (36 Prozent). Es folgen zuckerhaltige Getränke wie Fruchtsäfte und Nektar (26 Prozent) sowie Limonaden (12 Prozent). Getränke gelten als besonders kritisch, weil sie nicht sättigen und deswegen das Risiko für Übergewicht noch mehr erhöhen.

Auch vielen salzig-herzhaften Lebensmitteln fügen die Hersteller bei der industriellen Verarbeitung Zucker hinzu. Wer rechnet schon damit, dass beispielsweise bei Ketchup der Zuckeranteil bei bis zu 20 Prozent liegt? Oder dass sich in einer herkömmlichen Thunfisch-Pizza etwa 15 Gramm Zucker verbergen?

### Ein Blick auf die Inhaltsstoffe lohnt sich immer

Da für Kinder angepriesene Lebensmittel – egal ob Kekse, Müsli, Kinderquark oder Kindertee – oft mehr Zucker enthalten als vergleichbare Produkte, lohnt sich ein genauer Blick auf die Inhaltsstoffe. Sogar Produkte, die als besonders gesund beworben werden, sind oftmals völlig überzuckert: 73 Prozent der gekauften Menge an Müslis, Cornflakes und Co. überschreiten beim Zuckergehalt die Empfehlung der WHO von 15 Gramm Zucker auf 100 Gramm.

Bei den speziell an Kinder gerichteten Cerealien liegen sogar 99 Prozent der gekauften Produkte über diesem Richtwert. Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Studie der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK), die der AOK-Bundesverband in Auftrag gegeben hat. Die Forscher\*innen nahmen hierfür das Kaufverhalten von 30.000 Haushalten in Deutschland unter die Lupe und werteten den Zuckergehalt von über 1.400 Produkten aus.

Beim Thema Zucker gibt es aber auch eine gute Nachricht: Das Geschmacksempfinden verändert sich. Wer nur selten Süßes isst, kommt daher schon nach kurzer Zeit mit weniger Zucker aus.

### Versteckter Zucker

In vielen Fertigprodukten und in Fast Food ist reichlich Zucker enthalten. Zum Beispiel stecken sechs Stück Würfelzucker in einer Tiefkühl-Salami-Pizza, 39 Stück Würfelzucker in einem sogenannten Fitness-Müsli oder neun Stück in einer Packung Kartoffelsalat aus dem Kühlregal. Nicht nur in Süßigkeiten, auch in vielen herzhaften Lebensmitteln ist viel Zucker enthalten: Wahre Zuckerbomben sind zum Beispiel Rotkohl aus dem Glas mit 25 Zuckerwürfeln pro 700 Gramm oder ein Früchtejoghurt mit acht Zuckerwürfeln pro 200 Gramm - sowie 100 Gramm Cornflakes mit zwölf Zuckerwürfeln.

Ein Lebensmittel kann durchaus viel Zucker enthalten, auch wenn es vom Hersteller als „zuckerfrei“ angepriesen wird: Nur wenn Haushaltszucker (Saccharose) im Lebensmittel steckt, muss auf der Zutatenliste auch „Zucker“ stehen. Es gibt aber eine Vielzahl von weiteren Zuckerarten oder anderen süß schmeckenden Substanzen.

Andere Zuckerarten sind beispielsweise:

Dextrose

Fruktose (Fruchtzucker)

Glukose (Traubenzucker)

Laktose (Milchzucker)

Maltodextrin

Maltose (Malzzucker)

Saccharose, Sucrose sind andere  
Bezeichnungen für Haushaltszucker

Ahornsirup

Molkepulver

Maissirup

Isoglukose (kann bis zu 90 Prozent  
Fruchtzucker enthalten)

Glukose-Fruktose-Sirup

(Fruktoseanteil unter 50 Prozent)

Fruktose-Glukose-Sirup (Fruktoseanteil zwischen 50 und 90 Prozent)



© Birgit Hupfeld

### Die Tricks der Lebensmittelindustrie

Auf der Zutatenliste von Lebensmitteln müssen die Inhaltsstoffe in der Reihenfolge ihres Gewichtsanteils gelistet sein. Durch die Verwendung von verschiedenen Zuckerarten und Süßmachern können Hersteller verschleiern, wie hoch der tatsächliche Zuckergehalt ist. So ist vielen Verbraucher\*innen nicht bewusst, dass das gekaufte Produkt viel Zucker enthält, wenn weiter hinten in der Zutatenliste „Zucker“ steht, auf den vorderen Plätzen jedoch Glukosesirup, Süßmolkenpulver und Malzextrakt.

- Die Aufschrift „weniger süß“ ist nicht gleichbedeutend mit weniger Zucker:

Steht „weniger süß“ auf der Verpackung, glaubt man, ein Produkt mit weniger Zucker zu kaufen. Tatsächlich kann jedoch der Haushaltszucker durch eine weniger süß schmeckende Zuckerart wie Maltodextrin ersetzt sein. So schmeckt das Lebensmittel zwar weniger süß, der Zuckergehalt ist jedoch unverändert.

- Reduzierter Zuckergehalt ist nicht gleich „wenig Zucker“:

Eine Schokolade mit der Kennzeichnung „reduzierter Zuckergehalt“ muss kein Produkt mit besonders wenig Zucker sein. Es bedeutet, dass 30 Prozent weniger Zucker als in einem Lebensmittel der gleichen Art enthalten sind. Wird als Vergleichsobjekt ein besonders zuckerhaltiges Produkt gewählt, ist das Produkt mit dem angepriesenen reduzierten Zuckergehalt nicht zuckerarm.

- Zucker bleibt Zucker – egal, ob er natürlich enthalten ist oder zugesetzt wurde:

In der Werbung wird der Begriff „Natur“ gerne verwendet, da Konsumenten damit etwas Gutes verbinden. Aussagen wie „ohne Zuckerzusatz“ oder „100 Prozent Frucht“ erwecken den Eindruck, dass das Produkt keinen Zucker enthält. Dies ist ein Irrtum, denn statt Haushaltszucker wird hier zum Süßen Fruchtkonzentrat oder Dicksaft zugesetzt, sodass insgesamt viel „natürlicher Zucker“ im Lebensmittel ist.

Der Zucker von Zutaten, die natürlicherweise Zucker enthalten, muss nicht in der Zutatenliste genannt sein. Deshalb darf ein Cappuccinopulver als „ungesüßt“ bezeichnet werden, auch wenn es Süßmolkenpulver mit Milchzucker enthält.



# REZEPTE ZUM NACHKOCHEN

## „OPERATION EMMA“

Die Agentin Emma kommt mit ihrem Multi-Funktions-Hoch-Leistungs-Elektro-Magnet-Köfferchen mit einem hochmodernen Super-Multi-Induktionskochfeld in die Schule. Doch leider sind die Zutaten des Gerichts „Verdeckte Ermittlung“ nicht in ihrem Koffer. Deshalb muss sie sich ganz schnell umentscheiden und improvisieren, damit sie den Schüler\*innen ein gesundes Gericht zubereiten kann.

Das sind die Zutaten:

**Sahne 200g**

**Magerquark 500g**

**¼ der Schale einer unbehandelten**

**Zitrone**

**Saft einer halben Zitrone**

**Apfel**

**Rosinen (nach Belieben)**

1. Etwas Schale der unbehandelten Zitrone abreiben. Den Apfel ebenfalls klein reiben.
2. Quark, abgeriebene Zitronenschale, Zitronensaft und geriebenen Apfel in eine Schüssel geben und zusammenrühren.
3. Sahne schlagen und die geschlagene Sahne unter den Quark heben.
4. Nach Belieben Rosinen dazugeben.



© Birgit Hupfeld

## „SPRENGSTOFF“

Für die, die es nicht süß mögen, sondern herzhaft, gibt es noch das Rezept „Sprengstoff“ von Emma.

Das sind die Zutaten:

**Sonnenblumenkerne**

**2 EL Sojasauce**

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne rösten, ohne Öl und Fett. Hinterher mit Sojasauce ablöschen.



## DER ZUCKER- SELBSTTEST

Teste dich und stelle fest, wieviel Zucker du isst:

Ja    Nein

Trinkst du jeden Tag Softgetränke, wie Cola oder Limonade?

☐ ☐

Nascht du viel Süßes, wie z.B. Schokolade oder Kekse?  
Auch heimlich?

☐ ☐

Isst du jeden Tag Nachspeisen, wie Pudding oder ein Stück Kuchen?

☐ ☐

Bekommst du ab und zu Bonbons, Pralinen, Schokolade  
als Belohnung?

☐ ☐

Kaufen deine Eltern Süßigkeiten, die sie im Fernsehen oder  
Werbung sehen? Zum Beispiel „Kinder Pingui“,  
„Kinderschokolade“, „Milchschnitte“

☐ ☐

Gibt es bei dir morgens, wenn du zur Schule gehst,  
ein süßes Frühstück? Wie zum Beispiel Cornflakes mit Milch,  
Toast mit Nutella?

☐ ☐

Isst du abends, vor dem Schlafengehen noch etwas Süßes?

☐ ☐

Auswertung:

1-2 Kästchen mit Ja: SUPER! Du achtest darauf, nicht zu viel Zucker zu essen.

3-4 Kästchen mit Ja: Versuche weniger Süßes zu essen. Auch wenn du Lust darauf hast.

5-7 Kästchen mit Ja: Achte mehr auf deine Gesundheit! Du willst ja nicht krank werden!

# SPIELPRAKTISCHE ÜBUNGEN

## **V** AGENT\*INNENAUFTRAG

Ein\*e Agent\*in hat immer einen Auftrag, den er\*sie zu bearbeiten hat, eine Mission. Alle Kinder im Klassenraum werden zu Theateragent\*innen und bekommen den Auftrag, auf was sie während der Vorstellung von „Zuckeralarm“ achten sollen. Das können zum Beispiel Herzklopfmomente, Gänsehautmomente, leise Momente, laute Momente, traurige Momente und lustige Momente sein.

Nach der Theatervorstellung sollen die Kinder ihre Beobachtungen im Nachgespräch mitteilen.

<b>Setting</b>	Klassenraum, vor der Aufführung des Stückes
<b>Material</b>	-
<b>Zeit</b>	5-10 Minuten
<b>Ziel</b>	Aufmerksamkeit auf konkrete Guck-Aufträge

## **V** **N** AGENTINNENSPIEL – FEIND\*IN UND BESCHÜTZER\*IN

<b>Setting</b>	freier Raum
<b>Material</b>	-
<b>Zeit</b>	10-15 Minuten
<b>Ziel</b>	Spaß an Bewegung, Gruppendynamik

Die Spieler\*innen laufen jede\*r für sich als Geheimagent\*innen im Raum umher. Jede\*r Spieler\*in sucht sich nun gedanklich eine andere Person aus (der Raumlaf geht die ganze Zeit weiter). Diese Person ist nun ein Agent\*innen "Feind". Nun

sucht sich jede\*r Spieler\*in noch eine weitere Person aus. Diese ist nun der\*die "Beschützer\*in". Dann versuchen alle Geheimagent\*innen, so zu gehen, dass ihre Beschützer\*in immer zwischen ihnen und ihrem\*r Feind\*in ist.

**Anmerkung:** Das wird in der Praxis nie bei allen gehen, folglich entsteht sofort ein komplexes und interessantes (weil gegenseitig abhängiges) Fluchtmuster, bei dem die Spieler\*innen schließlich in irgendwelchen Ecken landen.



V

N

## MAFIA UND AGENT - VERFOLGUNGSSPIEL

Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Eine Gruppe ist die Zucker-Mafia und die andere Gruppe sind Agent\*innen.

Dieses Spiel ist eine Mischung aus dem klassischen Fang- und Versteckspiel. Das Spiel sollte im Freien gespielt werden.

Die Agent\*innen verstecken sich und die Mafia muss sie suchen. In dem Spiel geht es darum, dass man sich „abklatscht“, ähnlich wie beim Fangspiel, und dann entweder der Gruppe Mafia oder der Gruppe Agent\*innen beitrifft. Um den Spaßfaktor zu erhöhen, können Gruppennamen (z.B. Die gerechte Gang oder die fiesen Reiter), Codenamen (z.B. Little Rübe, Anti Sugar), Erkennungszeichen (z.B. alle tragen eine Mütze) genutzt werden. Welche Gruppe die meisten Agent\*innen oder Mafiamitglieder hat, hat gewonnen.

<b>Setting</b>	draußen auf dem Schulhof oder in der Sporthalle
<b>Material</b>	-
<b>Zeit</b>	15-25 Minuten
<b>Ziel</b>	Spaß an Bewegung, Auspowern



© Birgit Hupfeld



## GESPRÄCHSIMPULSE

Die Fragen dienen als Ergänzung, um sich dem Thema Gesunde Ernährung und Zucker anzunähern und über den Vorstellungsbuch ins Gespräch zu kommen.

Diese können beliebig ergänzt und verändert werden.

V

N

- Was weißt du schon zum Thema gesunde Ernährung? Wo oder von wem hast du schon etwas darüber erfahren?
- Was gehört für dich zu einer gesunden Ernährung?
- Welche Lebensmittel denkst du sind besonders ungesund? Warum?
- Was denkst du: Wie viel Zucker solltest du an einem Tag höchstens essen?

N

- An welche Momente kannst du dich erinnern?
- Was hat dir besonders gut gefallen? Was fandest du besonders interessant, lustig, schön etc.?
- Was hat dir nicht gefallen? Wozu hast du Fragen?
- Welche Figuren hat die Schauspielerin gespielt? Sie war die Agentin Emma Stern und wen hast du noch gesehen?
- Was brauchst du für das Rezept „Operation Emma“? An welche Zutaten erinnerst du dich?
- Wie kannst du herausfinden wie viel Zucker in einem Lebensmittel sind?





## LITERATUR- UND MEDIENTIPPS

- Lernspiel auf der Seite „planet schule“: [ERNÄHRUNG: WIEVIEL ZUCKER IST IN LEBENSMITTELN? | LERNSPIEL - PLANET SCHULE](#)
- Lernvideos zum Thema Zucker:
- Spannende Folge von Mai Think X zum Thema Zucker: [ZUCKER - LEBENSNOTWENDIG ODER SÜßES GIFT?](#)
- Checker Tobi: [DER ZUCKER-CHECK | REPORTAGE FÜR KINDER | CHECKER TOBI - YOUTUBE](#)
- Woozle Goozle: [WARUM IST ZUCKER NICHT GUT FÜR UNS? L WOZLE GOOZLE - YOUTUBE](#)
- Die Sendung mit der Maus: [ZUCKER IM ESSEN - DIE SENDUNG MIT DER MAUS - KINDER](#)
- Logo!: [Limo, Cola und Co. – so geht's nicht weiter! | logo! einfach erklärt - YouTube](#)
- Quarks: [Quarks: Das Zucker-Experiment: Wie ungesund ist Süßes wirklich? - hier anschauen](#)



## QUELLEN

- Willberg, Ulrike: Zuckeralarm. Theaterabenteuer fürs Klassenzimmer, die Schulküche und andere Einraumwohnungen, Henschel-Schauspiel-Theaterverlag, Berlin 2016
- [Wieviel Zucker am Tag darf mein Kind essen?](#)
- [Zucker: Gefährlich für die Gesundheit? | ndr.de](#)



GEFAHR ERKANNT, GEFAHR GEBANNT –  
ERSTE AGENTINNENREGEL