

Die «sackstarche» Jungs von Hottingen

INNOVATIV Sechs Gymischüler starten mit ihren Seesäcken durch: Ihr Schulprojekt «Sackstarch» wurde zum Schweizer «Mini-Unternehmen des Jahres 2012» gekürt. Mitte Juli nehmen sie am europäischen Wettbewerb in Bukarest teil.

VON GINGER HEBEL

Ramon, Sebastian, Nicolas, Jonathan, Joshua und Donald sind die derzeit wohl erfolgreichsten Gymischüler von Zürich. Mit ihrer Firma «Sackstarch» wurden sie jetzt zum Schweizer Mini-Unternehmen des Jahres 2012 gekürt. Zusätzlich gewannen sie auch den Award Best Marketing and Sales. «Wir sind wahnsinnig stolz, dass wir gewonnen haben», sagen sie einstimmig. In der Schule besuchen sie ein Freifach und nehmen am Projekt Young Enterprise Switzerland (YES) teil. Das Ziel der Non-Profit-Organisation ist es, praxisorientierte Wirtschaft mit Schule zu vernetzen. Die Schülerinnen und Schüler müssen ein reales Unternehmen gründen und eine Produktidee oder eine Dienstleistung vermarkten.

Die Idee der Jungunternehmer: Sie produzieren Seesäcke aus Resten von Sonnenstorenstoff, die ihnen die Firma Stobag kostenlos zur Verfügung stellt. «Wir wollten ein ökologisches, nachhaltiges Produkt auf den Markt bringen, das brauchbar, jung und cool ist. Der Storenstoff ist strapazierfähig und wasserabweisend», sagt Marketingleiter Sebastian Suter. Alle besuchen sie die 2. Gymiklasse an der Kantonsschule Hottingen, sind miteinander befreundet und arbeiten auch

in ihrer Freizeit an ihrer Geschäftsidee. Die Säcke werden in sozialen Institutionen genäht, zum Beispiel in der Strafanstalt Pöschwies. Zu Hause beim sechzehnjährigen Produktionsleiter Joshua Lustenberger bringen die Jungs Ösen und Kordeln selber an. Ihr Engagement zahlt sich aus: Mit ihrem nationalen Sieg qualifizierten sie sich für die Teilnahme am europäischen Wettbewerb Mitte Juli in Bukarest. Da er in die Zürcher Sommerschulferien fällt, mussten sie ihre Ferien umbuchen, aber für den Final in Rumänien machten sie das alle gern. «Das wird eine grosse Herausforderung werden, denn die ganze Präsentation müssen wir noch ins Englische übersetzen», sagt Sebastian Suter.

Das Projekt ist zeitlich begrenzt, doch die Jungs denken gar nicht daran aufzuhören. «Am liebsten wollen wir eine GmbH gründen.» Bereits haben sie ein neues Produkt lanciert: Geräumige Sporttaschen in diversen Farben und Mustern, ebenfalls aus robustem Storenstoff. «Wenn wir Leute sehen, die mit unseren Taschen herumlaufen, dann ist das ein cooles Gefühl.» ■

Seesäcke kosten 65 Fr., Sporttaschen 85 Fr., erhältlich im Onlineshop unter www.sackstarch.com



16 Jahre alt und bereits erfolgreiche Unternehmer: Das Team der Firma «Sackstarch». Hinten links: Ramon Glättli, daneben Jonathan Vontobel, vorne links: Joshua Lustenberger und Sebastian Suter. Auf dem Bild fehlen Nicolas Kamber und Donald Aebi. Bild: GH

NORMALERWEISE REICHEN 1,4 BIS 1,5 LITER FLÜSSIGKEIT PRO TAG

EXPERTEN-RAT

«Ich habe mal gehört, dass ein Mensch 3 bis 5 Liter Wasser am Tag trinken muss. Stimmt das? Und kann man auch zu viel Flüssigkeit zu sich nehmen», fragt «Tagblatt»-Leserin Sonja Kladner.



Die Antworten kennt Sabine Rohrmann (41), Ernährungswissenschaftlerin an der Uni Zürich.

Das kommt immer auf die Umstände an. Eine Person, die den Tag im Büro verbringt, braucht keine 3 bis 5 Liter. Diese Zahlen sind veraltet. Die Schweizer Gesellschaft für Ernährung empfiehlt in einem solchen Fall etwa 1,4 Liter Flüssigkeit pro Tag. Das muss nicht zwingend Wasser sein. Fruchtsaft, Schorlen, Kräuter- oder Früchtetees tun es auch. Ausserdem wird ein Drittel unseres täglichen Flüssigkeitsbedarfs normalerweise über die Einnahme fester Nahrung gedeckt. Personen, die viel schwitzen wie etwa Leistungssportler oder Schwerarbeiter können auch die 3- bis 4-fache Menge zu sich nehmen.

Zu viel trinken ist fast nicht möglich. Ein gesunder Mensch hört automatisch damit auf, wenn sein Flüssigkeitsbedarf gedeckt ist. Wer es trotz-

dem versucht, dem wird höchstwahrscheinlich schnell übel, weil der Dehnungsreflex im Magen zu gross wird.

Kaffee und Schwarztee hat man lange nachgesagt, sie seien Flüssigkeitsräuber. Das ist ebenfalls veraltet. Man muss zwar öfters aufs WC, aber der Flüssigkeitshaushalt gleicht sich den Tag über wieder aus. Übrigens: Studien haben gezeigt, dass ein hoher Konsum von Wasser generell mit einer geringeren Kalorienaufnahme einhergeht. Manche empfehlen darum, vor dem Essen etwas Wasser zu trinken. Allerdings gibt es keine Garantie, dass man auf diese Weise abnehmen kann. SB

Haben auch Sie eine Frage?

@ expertenrat@tagblattzuerich.ch

Tierheim Pfötli öffnet die Türen

Im Tierheim Pfötli und Tierrettungsdienst finden dieses Wochenende, am 9./10. Juni von 10 bis 16 Uhr Tage der offenen Tür statt. Interessierte bekommen Einblicke in die Arbeit des Tierheims und der Tierrettung. Zudem darf man erleben, wie die Arbeit mit Border Collies und Schafen funktioniert. Vorführungen finden jeweils um 11.30 und 15 Uhr statt. Um 14 Uhr können Sie den Blindenführhunden zusehen, die einen Parcours absolvieren.

Des Weiteren kann man an der Tombola Preise gewinnen, sich im Festzelt verpflegen, sich über Tiereschutzthemen informieren und die vielen heimatlosen Tiere besuchen.

www.tierrettungsdienst.ch