

# Sel Salz

19.09.2015 – 10.07.2016



Aufgaben zur Ausstellung  
7-11 Jahre



UNIL / CHUV



Département universitaire  
de médecine et santé communautaires



Anpassung und Übersetzung

**Willkommen im ersten Saal der Ausstellung Salz! Hier kannst du herausfinden, was Salz eigentlich ist.**



## 1. Salzkristalle

Salz ist nicht nur weiss. Welche anderen Farben kannst du beobachten?

---

*Wenn Salz ganz rein ist, sieht es durchsichtig aus. Man kann durch das Salz durchschauen, wie durch ein Fenster.*

Unter den Salzkristallen befindet sich eine Skulptur aus Salz. Welche?

---

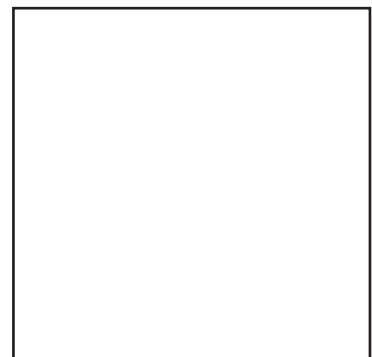
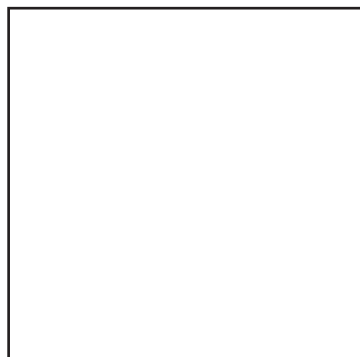
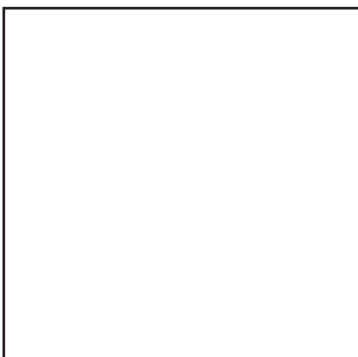
## 2. Der Geschmack von Salz

Versuche verschiedene Salzarten. Welches schmeckt dir am besten? Wieso?

---

Welche Farbe hat dein Lieblingssalz? \_\_\_\_\_

Zeichne drei salzhaltige Nahrungsmittel, welche du gerne magst:



**Geh nun in den zweiten Saal der Ausstellung in der Mitte des Museums.**

**In diesem zweiten Saal der Ausstellung wirst du sehen, dass das Salz lebenswichtig ist, man aber nicht zu viel davon essen darf!**

## 1. Salz ist wichtig für das Leben

Wir haben Salz in unserem Körper. Wie viel? \_\_\_\_\_

Salz hat verschiedene Funktionen in unserem Körper. Ein Werk von Marc Wettstein zeigt eines unserer Organe, das Salz braucht, um richtig zu funktionieren. Welches?

\_\_\_\_\_

Auch ein anderes wichtiges Organ braucht Salz. Es pumpt das Blut durch unseren Körper. Wie heisst das Organ?

\_\_\_\_\_

## 2. Salzliebende Pflanzen und Tiere

Einige Pflanzen können an sehr salzigen Orten überleben. Wie nennt man solche Pflanzen?

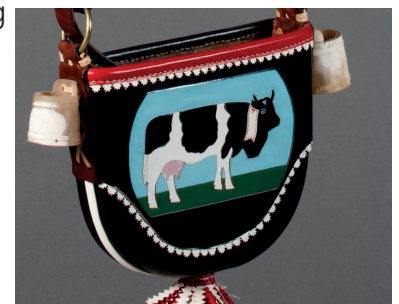
\_\_\_\_\_

Auch Tiere brauchen Salz zum Leben. Hast du schon mal eine Kuh gesehen, die an einem Salzblock leckt, wie es auf dem Foto in der Ausstellung gezeigt wird?

Warum befindet sich eine Tasche mit einer Kuh in der Vitrine?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 3. Salzhaushalt

Betätige die Maschine, die sich in der Ausstellung befindet. Sie erklärt den Einfluss des Salzes auf unseren Körper. Auf welchen drei Wegen wird das Salz aus dem Körper ausgeschieden?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



#### 4. Namida

Schau dir die Bilder an.  
An was erinnern sie dich?



Weisst du, um was es sich handelt? \_\_\_\_\_

*Es sind Fotografien von getrockneten Tränen unter dem Mikroskop (Namida heisst Tränen auf Japanisch). Da Tränen Salz enthalten, formen sich kleine Kristalle, wenn das Wasser verdunstet. Hast du schon weisse Spuren auf deinen Wangen gehabt, nachdem du geweint hast? Das ist das Salz aus deinen Tränen.*

#### 5. Pökeln

*Bevor der Kühlschrank erfunden wurde, hat man Nahrungsmittel in Salz oder in Salzwasser konserviert. Schau dir die Vitrine im grossen grünen Kasten an und schreibe ein paar Beispiele für Nahrungsmittel, welche in Salz oder Salzwasser aufbewahrt werden, auf. Einige davon findest du sicher heute noch in eurem Küchenschrank.*

#### 6. Wie viel Salz ist in deinem Teller?

Wie viel Salz isst du pro Tag? Um dies herauszufinden, scanne die Produkte in der Ausstellung und finde heraus, wie viel Gramm Salz du zu dir nimmst. (1000g = 1Kg)

Ich habe \_\_\_\_\_ Gramm Salz gegessen.

Man sollte pro Tag nicht mehr als 5g Salz zu sich nehmen. Hast du zu viel Salz gegessen?

*In der Schweiz essen Männer im Durchschnitt 10.8 g Salz pro Tag. Frauen essen 8.1 g pro Tag. Normalerweise würden 1 bis 2 g reichen, damit unser Körper funktioniert. Wie essen also viel zu viel Salz!*

## 7. Wo versteckt sich das Salz?

Das Salz, das wir essen, kommt nicht nur aus dem Salzstreuer, sondern es ist auch in verschiedenen Nahrungsmitteln versteckt.

Finde heraus, welches der ausgestellten Nahrungsmittel wie viel Salz enthalten, in dem du sie nach aufsteigendem Salzgehalt auf das Podium legst. Welches Nahrungsmittel beinhaltet:

am meisten Salz? \_\_\_\_\_

am wenigsten Salz? \_\_\_\_\_

Dank der Tabelle auf allen Verpackungen kannst du das versteckte Salz entdecken. Schau dir zuhause ein paar Produkte an. Du wirst einige Überraschungen erleben!

### Choco Chips

Erleben Sie Balisto® Choco Chips, ein einzigartiger und reichhaltiger Genuss. Kerniges Vollkorngetreide und zart schmelzende Schokoladestückchen liefern Energie und sorgen für einen ausgewogenen Geschmack.

Portionen pro Packung: / Portions par paquet: 6  
Portionsgröße: / Taille de la portion: 26.0g

Découvrez Balisto® Choco Chips, un produit unique et riche. Des céréales complètes et de petits morceaux de chocolat donnent de l'énergie et un goût équilibré.

IMP: 0848 000 380

Nährwertinformation / Information nutritionnelle	/ 100g	/ 26g (%)
Energie / Valeur énergétique	2022kJ	526kJ (6%)
	483kcal	126kcal (6%)
Fett / Matières grasses	23.7g	6.2g (9%)
davon gesättigte Fettsäuren / dont saturés	10.2g	2.7g (14%)
Kohlenhydrate / Glucides	57.2g	14.9g (6%)
davon Zucker / dont sucres	30.8g	8.0g (9%)
Ballaststoffe / Fibres	2.8g	0.7g
Eiweiß / Protéines	6.7g	1.7g (3%)
<b>Salz / Sel</b>	<b>0.43g</b>	<b>0.11g (2%)</b>

\* Des Richtwertes für die Tageszufuhr für einen Erwachsenen. Sur base des Repères Nutritionnels Journaliers pour un adulte (RNJ)

Richtig gesehen! Auch in süßen Nahrungsmitteln befindet sich Salz!



Hat dir der Museumsbesuch gefallen? Falls du noch nicht alles gesehen hast, kannst du jederzeit wiederkommen. Das Museum ist jeden Tag von 14.00 bis 18.00 Uhr offen und der Eintritt ist gratis.

Um weiter in die Welt des Salzes einzutauchen, kannst du folgendes Experiment durchführen.

## Salzkristalle

Du brauchst:

- ein Glas Wasser
- Kochsalz
- ein Leinenfaden, Schnur oder ein Schuhbändel
- ein Bleistift
- eine Büroklammer

Anleitung:

- Gib das Salz in das Wasserglas und rühre bis sich das Salz vollständig aufgelöst hat. Gib soviel Salz dazu wie du kannst, aber das Wasser muss immer durchsichtig bleiben.
- Binde die Schnur an den Bleistift und befestige die Büroklammer am anderen Ende der Schnur.
- Tauche die Büroklammer ins Wasser und lasse sie mehrere Tage dort.
- Nach 2-3 Tagen beginnen sich an der Schnur Salzkristalle zu bilden.
- Um den Kristall wachsen zu lassen, musst du das Glas regelmässig mit Salzwasser auffüllen.

