

# Obstkorb im ILW Mainz - gesunder Snack für Zwischendurch

„An apple a day keeps the doctor away“ ist in vieler Munde und fast schon eine Binsenweisheit: Obst ist und hält gesund. Der sprichwörtliche tägliche Apfel zum Beispiel verringert Studien zufolge das Krebsrisiko. Weil der Griff zur Süßigkeit im täglichen Arbeitsstress keine besonders gesunde Alternative ist, hat das ILW Mainz während der herausfordernden Coronapandemie eine Obstkorbinitiative gestartet. Zweimal die Woche kommt ein Korb mit 40 Portionen Obst ins Haus, bei Bedarf werden weitere 20 Portionen dazu bestellt. „Es ist eine kleine Geste, damit sich unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wohlfühlen und dabei gesund ernähren“, sagt Manuel von Vultejus, Geschäftsführer des ILW Mainz. Inzwischen ist der Obstkorb zur festen Institution geworden und ergänzt den täglichen Mittagstisch von GREEN DELI als ein weiterer Baustein gesunder Ernährung.



Lieferant der Obstkörbe ist das Unternehmen Fruitful Office. 2011 gegründet, beliefert es nach eigenen Angaben über 4.000 Firmenkunden mit seinen Fruchtkörben. Das Obst stammt aus Deutschland und Mitteleuropa, auf Transport per Luftfracht wird aus ökologischen Gründen ganz verzichtet. Dazu pflanzt Fruitful Office für jeden gelieferten Obstkorb einen Baum in Malawi. Corinna Raisch, die beim ILW Mainz für den regelmäßigen Früchtenachschub verantwortlich ist, setzt auf den saisonalen Mix: Weintrauben, Äpfel, Bananen sowie drei bis vier wechselnde Obstsorten wie z.B. Pflaumen, Pfirsiche, Kirschen oder Beeren. „Das Obst ist immer reif und lecker, besonders beliebt sind die Bananen“, sagt Corinna Raisch, „am zweiten Tag ist der Korb regelmäßig leer.“ Darum stellt sich die Frage erst gar nicht, was mit nicht verzehrten Resten geschehen soll.

Dass die Obstkörbe beim technisch ausgerichteten ILW Mainz so beliebt sind, belegt die Beobachtung des amerikanischen Forschers Jack Weatherford: „Auch im High-Tech-Zeitalter bilden Low-Tech-Pflanzen den Schlüssel zu Ernährung und Gesundheit.“