

Antrag auf Gestattung des Konsums von Speisen und Getränken im Gerichtssaal (insbesondere von Schokolade, Chips, Wasser und Kaffee)

Begründung

Um meine Konzentration während der Verhandlung zu erhöhen und auch dem Publikum ein konzentriertes Zuhören zu gewähren ist es für mich wichtig, dass Speisen und Getränke im Gerichtssaal gestattet sind. Konzentration, und damit die Erlaubnis zu essen und zu trinken, ist bedeutsam für mich, um mich angemessen verteidigen zu können.

Ohne diese fühle ich mich in dieser außergewöhnlichen Belastungssituation, nicht in der Lage dem Prozessgeschehen angemessen folgen und daran partizipieren zu können.

Erläuterungen zur Bedeutsamkeit des Verzehrs von Kakaoprodukten im Gerichtssaal

„Ungesüßtes Kakaopulver enthält 1 bis 3 Prozent Theobromin, das chemisch dem Koffein ähnlich ist. Es wirkt auf den Organismus mild und dauerhaft anregend und leicht stimmungsaufhellend. Für Menschen ist dieser Anteil - im Gegensatz zu Hunden, Katzen und Pferden - ungefährlich. Weitere Inhaltsstoffe, die in Zusammenhang mit der stimmungsaufhellenden Wirkung von Schokolade gebracht werden, sind unter anderem das amphetaminähnliche Phenylethylamin, die Serotonin-Vorstufe Tryptophan, ein natürliches Antidepressivum, und das Cannabinoid Anandamid, letzteres ein Derivat der Arachidonsäure. Die enthaltene Menge Anandamid ist jedoch für einen merklichen Effekt viel zu gering, obwohl in Schokolade zusätzlich Substanzen enthalten sind, die den Abbau hinauszögern. Der stimmungsaufhellende Effekt von Schokolade ist durch die Inhaltsstoffe alleine nicht schlüssig erklärbar, sondern schließt auch psychische Einflüsse ein. Schokolade, insbesondere Bitterschokolade mit hohem Kakaanteil, kann den Spiegel an herzschützenden Antioxidantien im Blut für einige Stunden stark anheben. Allerdings wird dieser positive Effekt bei gleichzeitigem Genuss von Milch wieder neutralisiert. Diese Tatsache führt zu der Annahme, dass der Nutzen von anderen antioxidantien-reichen Nahrungsmitteln, wie Früchten und grünem Gemüse, ebenso durch die gleichzeitige Aufnahme von Milch zunichte gemacht werden könnte. Bei dem im Falle von Schokolade und Kakao wirksamen Antioxidans handelt es sich um ein Flavonoid namens Epicatechin. Schokolade enthält über den Kakaanteil auch N-Phenylpropenoyl-L-aminosäureamid, das sich wachstumsfördernd auf Hautzellen auswirkt und damit Wundheilung unterstützt, Hautschäden therapiert, Falten vorbeugt und das Risiko von Magengeschwüren verringert. Es gibt Hinweise darauf, dass Schokolade beziehungsweise der darin enthaltene Kakao, karieshemmende Wirkung hat. Bei dem in (dunkler) Schokolade enthaltenen Theobromin handelt es sich nach einer im FASEB Journal veröffentlichten Studie aus dem Jahre 2004 möglicherweise um einen Wirkstoff zur Linderung von Hustenanfällen.“ (Zitat Wikipedia)

Wie den Ergänzungen zu entnehmen ist, neutralisiert Milch die stimmungsaufhellend wirkenden Bestandteile des Kakaos. Daher gilt dieser Antrag insbesondere für *Schokolade*, die frei von jeglichen Milchprodukten ist. Bedenklich an Schokoladen mit Milchbestandteilen ist nicht nur das Hemmen der Aufnahme von Stimmungsaufhellern, sondern auch die *Ausbeutung* der Tiere als Solches, die sich hier im Akt des „Melkens“ ausdrückt.

Zwangsläufig anschließend sind hier auch die *Umweltfolgen* in Regenwaldgebieten und damit die Folgen für alle menschlichen und nichtmenschlichen Tiere und der gesamten Welt, zu nennen, die beim Anbau der Nahrung für diese sogenannten „Nutztiere“ entstehen.

Erläuterungen zur Bedeutsamkeit des Aufnehmens von Wasser im Gerichtssaal

Auch möchte ich *Wasser* als unentbehrbares Gut hervorheben, da Austrocknung medizinisch unumstritten zu

ernstzunehmenden Störungen, Mangelerscheinungen und Schädigungen führt.

„Der menschliche Körper besteht zu über 70 % aus Wasser. Ein Mangel an Wasser führt daher beim Menschen zu gravierenden gesundheitlichen Problemen (Dehydratation, Exsikkose), da die Funktionen des Körpers, die auf das Wasser angewiesen sind, eingeschränkt werden.

Zitat der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) auf die Frage, welche Folgen bei zu geringer Wasserzufuhr zu erwarten seien antwortet diese: 'Geschieht dies nicht ausreichend, kann es zu Schwindelgefühl, Durchblutungsstörungen, Erbrechen und Muskelkrämpfen kommen, da bei einem Wasserverlust die Versorgung der Muskelzellen mit Sauerstoff und Nährstoffen eingeschränkt ist.

Der tägliche Mindestbedarf liegt bei knapp zwei Litern. Empfehlenswert ist ein Wasserkonsum von etwa drei Litern täglich. Zitat der DGE: Körperliche Arbeit bei heißen Temperaturen kann den täglichen Wasserbedarf auf das 3- bis 4-Fache steigern, in extremen Situationen auf über 10 l.“

Erläuterung zur Bedeutsamkeit des Trinkens von Kaffee in Gerichtssälen

Da ich auch trotz anspruchsvoller juristischer Herausforderungen und Knobeleyen sowie fantsievoller Ausführungen der/des Staatsanwält_in während der Verhandlung von Müdigkeit erfasst werden könnte, ist *Kaffee* in seiner Eigenschaft als koffeinhaltiges Getränks, unverzichtbar für mich, damit ich meine umfassende Aufmerksamkeit auf die Klärung der Sache richten kann. Dies wird in der folgenden Ergänzung näher dargelegt.

„Immer wieder wird behauptet, Kaffee könne sich negativ auf die Konzentration auswirken. Da Kaffee Adenosin blockiert, kommt es zu einer vermehrten Ausschüttung von Adrenalin und Dopamin. Dopamin fördert bewiesenermaßen die Konzentrationsfähigkeit, daher wirken auch zahlreiche andere Stimulanzen und sogar Medikamente, die die Konzentrationsfähigkeit steigern sollen (Methylphenidat bei ADS) auf den Dopaminrezeptor.“

Zur Fürsorgepflicht des Gerichts gegenüber mir

„Unter der Fürsorgepflicht des Gerichts und dem Gebot eines fairen Verfahrens versteht man eine Vielzahl weiterer, aus Grundgedanken unserer Verfassung abgeleiteter Pflichten des Gerichts gegenüber den Verfahrensbeteiligten. Allen Pflichten ist dabei gemein, dass sie der besonderen Belastung, die ein Strafverfahren insbesondere für den Angeklagten mit sich bringt, Rechnung tragen wollen.“
(Quelle: Verfahrensgrundsätze des Landes Nordrhein-Westfalen, Stand 2010)

Ich beantrage deshalb, auch mit dem Hinweis auf Ihre Fürsorgepflicht gegenüber den Verfahrensbeteiligten, insbesondere der/dem/den Angeklagten, den Konsum von Speisen und Getränken im Saal zu gestatten (insbesondere der genannten Beispiele, da sie Notwendig für meine Konzentration sind).

Ich beantrage zu dem Antrag einen Gerichtsbeschluss.
