



30 beautyvital

START DER CHARTA „KINDER ESSEN GESUND“

Gesunde Ernährung beginnt im Kindesalter – konkrete Projekte helfen mit, Ziele umzusetzen.

Anfang März hat der Gesundheitsminister die Charta der österreichweiten Initiative „Kinder essen gesund“ des Fonds gesundes Österreich (FGÖ) unterzeichnet und damit den offiziellen Startschuss zur Umsetzung der Initiative gegeben.

„Bei gesunder Ernährung kommt es auf einen Frühstart an. Je früher Kinder merken, wie gut gesundes Essen schmecken kann, desto besser, denn im Erwachsenenalter fällt es oft schwer, Ernährungsgewohnheiten umzustellen“, so Anshober, selbst begeisterter Koch und Bio-Gärtner. Ziel dieser Initiative ist, eine österreichweite Bewegung umzusetzen. Mit zahlreichen Maßnahmen und Projekten soll die Ernährung von Kindern im Alter von vier bis zehn Jahren verbessert werden. Die Initiative richtet sich an Kinder, Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Verantwortliche der Gemeinschaftsverpflegung und Kommunen. Die Unterzeichnerinnen und Unterzeichner der Charta setzen mit ihrer Unterschrift ein Zeichen der Unterstützung dieses Ziels.

SECHS PRINZIPIEN ZUR ERNÄHRUNG

Die vom Kuratorium des FGÖ verabschiedete Charta unterstützt folgende sechs Prinzipien zur Ernährung bei Kindern: Gesundes Essen und Trinken mit Genuss fördern! Ernährungskompetenz stärken, richtige Entscheidungen treffen! Gemeinschaftsverpflegung zum Wohl der Kinder verbessern! Nachhaltige, regionale und saisonale Lebensmittel bevorzugen! Alle Kinder haben ein Recht auf hochwertige Lebensmittel im Sinne gesundheitlicher Chancengerechtigkeit! Qualität der Maßnahmen sichern!

Ernährungs- und lebensstilassoziierte Erkrankungen, insbesondere Übergewicht und Adipositas, haben in den letzten Jahrzehnten in Österreich stark zugenommen. Diese Erkrankungen sind nicht nur die Ursache schwerwiegender Folgeerkrankungen wie Diabetes, Herz-Kreislaufkrankungen und Krebs, sondern verursachen langfristig auch enorme volkswirtschaftliche Kosten. Wie wichtig die Umsetzung dieser Prinzipien ist, zeigt auch eine Erhebung der WHO - „Childhood Obesity Surveillance Initiative“ (COSI) - zu Übergewicht und Adipositas bei Schulkindern bestimmter Altersgruppen, an der Österreich vor zwei Jahren teilgenommen hat. Demnach sind in Österreich ca. 30 Prozent der acht bis neunjährigen Buben und ca. 25 Prozent der Mädchen in dem Alter als übergewichtig oder adipös eingestuft. „Falsche Ernährung hat massiven Einfluss auf die Entwicklung von Klein- und auf die Leistungsfähigkeit von Schulkindern. Umso wichtiger ist es, dass zum Thema Kinderernährung spielerisch sowie eltern-

und kindergerecht Freude am gesunden Essen ohne erhobenen Zeigefinger vermittelt wird“, unterstreicht Dr. Klaus Ropin, Leiter des FGÖ.

PROJEKTE AN VOLKSSCHULEN: 8500 KINDER UND ERWACHSENE PROFITIEREN IM ERSTEN SCHRITT

Der FGÖ nimmt in der Gesundheitslandschaft auch die Rolle der Förderstelle für Gesundheitsförderung ein. Auf der Webseite www.kinderessengesund.at finden Interessierte Informationen zur Kinderernährung. Vier Projekte in den Bundesländern Burgenland, Steiermark, Vorarlberg und Wien wurden vom FGÖ mit Fördermitteln ausgestattet und starteten im Jänner 2020 mit einer jeweiligen Projektlaufzeit von drei Jahren. In Summe werden über die geförderten Projekte rund 8500 Kinder in Volksschulen, aber auch deren Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Verantwortliche der Gemeinschaftsverpflegung erreicht.

Ziel der Projekte ist es, die Ernährungskompetenz zu stärken und den Fokus auf nachhaltige, saisonale und regionale Lebensmittel zu legen. Darüber hinaus wird Wissen über die Lebensmittelzusammensetzung, über Inhaltsstoffe und über kompetentes Einkaufen vermittelt, aber auch der aktuellen Frage nachgegangen, was Essen mit Klimaschutz zu tun hat. Auch im laufenden Jahr 2020 bleibt die gesunde Ernährung von Kindern ein Förderschwerpunkt.

