



Initiative für gesunde Kinderernährung

Ernährung

Zum Start der Initiative „Kinder essen gesund“ des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) hat Gesundheitsminister **Rudolf Anschöber** die Charta der Initiative unterschrieben, die sechs Prinzipien zur Ernährung bei Kindern im Alter von 4 bis 10 Jahren folgt – unter anderem erhöhte Ernährungskompetenz, Vorrang für nachhaltige, regionale und saisonale Lebensmittel sowie verbesserte Gemeinschaftsverpflegung. Die Initiative setzt auf verschiedene Schienen wie praxisnahe Projekte direkt in den Volksschulen, eine Website mit umfangreichem Infomaterial, Rezepte und Spiele, aber auch auf Videos, die sich in kindgerechter Weise mit dem Thema Ernährung auseinandersetzen. „Die Initiative „Kinder essen gesund“ schafft auf spielerische Weise schon früh das Bewusstsein für gesunde Ernährung. Das ist umso wichtiger, weil wir wissen, wie schwer es uns im Erwachsenenalter fällt, Ernährungsgewohnheiten zu ändern“, so Anschöber.

„Die Videos zu Themen wie gemeinsames Einkaufen, gemeinsames Kochen und gesunde Jause – gesprochen von einer Kinderstimme – sollen zum Mitmachen einladen“, betont der Gesundheitsminister.

Die Videos, in denen viele hilfreiche Tipps für Kinder und Eltern verpackt sind, behandeln jeweils unterschiedliche Aspekte im Zusammenhang mit bewusstem, gesundem, aber auch genussvollem Essen. In verständlicher und lockerer Form tragen sie zur Veränderung von Essgewohnheiten bei und stärken die Ernährungskompetenz. Die Hauptfigur der Videos begegnet gesunder Ernährung und Nachhaltigkeit in unterschiedlichen Settings, kocht gemeinsam mit den Eltern, geht einkaufen und lernt dabei Regionalität und Saisonalität kennen. Fragen zu Gemeinschaftsverpflegung und Naschen, Essen im Tagesverlauf oder zur gesunden Jause kommen ebenfalls nicht zu kurz. «

Fonds Gesundes Österreich
Kinder zwischen 4 und 10 Jahren
Stärkung der Ernährungskompetenz