

Schumann und Königsberger-Ludwig: Gesunde Ernährung im Kindesalter ist wichtiger Grundstein für ein gesundes Leben

Gesund in das neue Kindergarten- und Schuljahr starten: FGÖ-Initiative fördert kindgerechte Ernährung

Wien, 02.09.2025 – „Gerade zum Kindergarten- und Schulstart brauchen Kinder viel Energie. Gesunde Ernährung liefert diese und sie fördert die Konzentration, die Kinder zum Spielen und Lernen brauchen“, so Gesundheitsministerin Korinna Schumann. „Gesunde und ausgewogene Ernährung beginnt bei den Kleinsten, denn im Erwachsenenleben fällt es oft schwer, Ernährungsgewohnheiten umzustellen“, ergänzt Gesundheitsstaatssekretärin Königsberger-Ludwig. Schumann und Königsberger-Ludwig unterstützen daher die Initiative „Kinder essen gesund“ des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), die sich seit 2019 konsequent für gesunde Kinderernährung einsetzt. Besonders positiv ist der Ansatz, die Kinder selbst auf spielerische Weise zu erreichen und zu motivieren, sich mit dem Thema Ernährung zu beschäftigen. Mit der im aktuellen Regierungsprogramm verankerten täglichen gesunden und kostenlosen Jause in Kindergärten ab 2026 wird der Wichtigkeit des Themas Rechnung getragen.

Die Initiative „Kinder essen gesund“ des Fonds Gesundes Österreich setzt sich seit mittlerweile sechs Jahren für die Verbesserung der Ernährung von Kindern im Alter von vier bis zehn Jahren ein. Dabei wendet sich die Initiative an Eltern, Pädagog:innen, Verantwortliche für Gemeinschaftsverpflegung und Kommunen – in erster Linie aber an die Kinder selbst. In kindgerechten Videos erklärt das Maskottchen „Brainy“, wie bewusstes, gesundes und genussvolles Essen funktioniert. Die kurzen Videos vermitteln Wissen auf einfache und unterhaltsame Weise und fördern gesunde Ernährungsgewohnheiten.“ Aktuell gibt es neue [Videos](#) zu den Themen „Soja“, „Milch“, „Portionsgrößen“ sowie „Günstig und gesund essen“. Passend zum Schulstart bietet sich das Video [„Gesunde Jause“](#) an.

Neue FGÖ-Materialien mit aktuellen Ernährungsempfehlungen

In der aktuellen [Ernährungsbroschüre](#) sowie im [Ernährungsfolder](#) wird neben der klassischen Ernährungspyramide mit Fleisch und Fisch erstmals auch die neue vegetarische Ernährungspyramide mit Hülsenfrüchten vorgestellt. Beide Pyramiden verdeutlichen anschaulich, wie einfach sich eine ausgewogene, vollwertige und umweltschonende Ernährung für Erwachsene umsetzen lässt.

Ergänzend dazu bietet die Broschüre [„Erbsen, Linsen, Bohnen“](#) zahlreiche Rezepte und wertvolle Informationen rund um Hülsenfrüchte. Erstmals bilden diese und daraus hergestellte Produkte eine eigene Kategorie in den Ernährungsempfehlungen und sind in der Ernährungspyramide besonders hervorgehoben.

Für eine besonders verständliche Darstellung steht die Broschüre „[Meine Gesundheit fördern](#)“ in Leichter Sprache (A2) zur Verfügung. Sie vermittelt grundlegende Informationen und praktische Tipps zu den Themen Ernährung, Bewegung und Wohlbefinden. „Indem wir aktuelle Ernährungsempfehlungen in praxisnahen Materialien kostenlos bereitstellen, fördern wir Chancengerechtigkeit und ermöglichen den Menschen – unabhängig vom Einkommen – Zugang zu Wissen über gesunde Ernährung. Denn Gesundheit darf kein Privileg sein, sondern muss für alle erreichbar sein“, unterstreicht Dr. Klaus Ropin, Leiter des FGÖ.

Alle Broschüren und Materialien können kostenlos bestellt werden und sind als Download oder Flipbook digital verfügbar.

Auf der „Kinder essen gesund“-Website bietet eine Toolbox umfangreiche Materialien – von Rezepten über Lehrmaterialien bis zu Spielen.

Links:

kinderessengesund.at

kinderessengesund.at/toolbox

<https://fgoe.org/broschuerenbestellung>

https://kinderessengesund.at/startseite_newsletteranmeldung

Über die Initiative „Kinder essen gesund“

„Kinder essen gesund“ ist eine österreichweite Initiative des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) in Kooperation mit der Österreichischen Agentur für Ernährungssicherheit (AGES) und „Richtig essen von Anfang an“ (REVAN). Ziel dieser Initiative ist es, eine österreichweite Bewegung umzusetzen. Mit zahlreichen Maßnahmen und Projekten soll die Ernährung von Kindern im Alter von 4 bis 10 Jahren verbessert werden. Die Initiative richtet sich an Kinder, Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen, sowie Verantwortliche der Gemeinschaftsverpflegung und Kommunen.

Inhaltliche Rückfragen & Kontakt:

Mag.^a Rita Kichler

Fonds Gesundes Österreich

Gesundheitsreferentin

+43 1 895 04 00-800

rita.kichler@goeg.at

Mag.^a Petra Winkler

Fonds Gesundes Österreich

Öffentlichkeitsarbeit

+43 1 895 04 00-426

petra.winkler2@goeg.at