Zink und Vitamin C im Test: Warum viele Nahrungsergänzungsmittel enttäuschen

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Öko-Test hat 21 Nahrungsergänzungsmittel mit Zink und Vitamin C untersucht. Das Ergebnis fällt ernüchternd aus: Viele Präparate weisen überhöhte Dosierungen, unerwünschte Zusatzstoffe oder Kennzeichnungsmängel auf. Die beste Note ist „befriedigend“.

Gesund essen in Kita und Schule: Kleine Impulse wirken

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Wie lässt sich gesundes und nachhaltiges Essen in Kita und Schule fördern? Ein kostenloser Online-Vortrag zeigt, wie kleine Veränderungen bei der Speisenauswahl große Wirkung entfalten können.

Bisphenole in Dosenkonserven

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Öko-Test hat 52 Dosenkonserven auf Bisphenole untersucht. In 42 Produkten ist die Belastung hoch oder sehr hoch. Besonders auffällig: Maggi Ravioli in Tomatensauce. Erstmals finden die Verbraucherschützer aber auch Konserven ohne BPA, BPS und BPF.

Von der Ernährungsbildung zur Gemeinschaftsverpflegung

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Kinder lernen gesundes Essverhalten vor allem durch Vorbilder. Der Beitrag zeigt, warum Erwachsene beim Essen eine Schlüsselrolle spielen, wie Ernährungsbildung gelingt und weshalb Gemeinschaftsverpflegung in Kitas weit mehr ist als die tägliche Versorgung mit Mahlzeiten.

WM-Sammelaktionen: Wie Werbung das Essverhalten von Kindern prägt

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Sammelaktionen zur Fußball-Weltmeisterschaft sollen Kinder mit Fanartikeln zum Kauf stark zuckerhaltiger Lebensmittel motivieren. Der Beitrag erklärt, warum solche Marketingstrategien wirken, wie sie das Ernährungsverhalten langfristig prägen und welche Rolle Eltern, Kitas und Grundschulen beim Kinderschutz spielen.

Kostenfreies Bildungsprogramm: Kita-Kinder entdecken Lebensmittel

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Wo kommen die Eier her? Warum gibt eine Kuh Milch? Mit dem kostenfreien Bildungsprogramm „Essen entdecken!“ gehen pädagogische Fachkräfte gemeinsam mit Kita-Kindern auf Entdeckungsreise zum Ursprung unserer Lebensmittel. Dabei lernen die Kinder, woher Lebensmittel kommen und welchen Weg sie zurücklegen, bevor sie auf ihren Tellern landen.

Übergewicht bei Kindern bleibt ein wichtiges Gesundheitsthema

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Die Stiftung Kindergesundheit zieht eine positive Bilanz zur kostenfreien Präventions-App PowerKids. Diese richtet sich an Kinder zwischen acht und zwölf Jahren und begleitet sie über zwölf Wochen hinweg spielerisch zu den Themen Ernährung, Bewegung und Selbstwert.

Versteckter Zucker: Wie Fruktose die Nieren von Kindern belasten kann

geschrieben von Redakteur | Oktober 30, 2026



Fruchtzucker steckt in vielen Lebensmitteln für Kinder – von Fruchtjoghurts bis zu Eistees. Fachleute warnen, dass ein hoher Fruktosekonsum langfristig auch die Nieren belasten kann. Besonders zuckergesüßte Getränke gelten als problematisch.