

Schimmelpilzgifte in Haferflocken – vor allem aus konventionellem Anbau

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Haferflocken sind ein gesunder und meist auch günstiger Sattmacher – doch nicht immer sind sie unbedenklich. Öko-Test hat zarte Haferflocken getestet und kritisiert Schimmelpilzgifte in fast allen konventionellen Testprodukten. Die Bio-Haferflocken im Test schneiden nahezu alle mit „sehr gut“ ab.

Die Gesundheitskompetenz in den Familien stärken

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Viele Eltern sorgen sich um die Gesundheit ihrer Kinder, entweder weil bereits eine Erkrankung diagnostiziert wurde oder weil sie eine Erkrankung ihrer Kinder vermuten. Dabei fühlen sich viele überlastet und überfordert. Umso wichtiger ist es, die Kompetenz der Eltern zu steigern.

Es gilt die psychische Gesundheit der Fachkräfte zu fördern

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Kita-Mitarbeitende sind am häufigsten krank. Dabei nehmen vor allem psychische Erkrankungen zu. Dagegen helfen unrealistische Forderungen nichts. Wichtiger wäre eine breite Unterstützung seitens der Gesellschaft und eine Anpassung des Systems verbunden mit praktischen Lösungen.

Damit Kinder weniger anfällig sind: sanfte Abhärtung

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Herbstzeit ist Erkältungszeit. Damit Kinder und Erwachsene seltener erkranken, helfen ein paar einfache Maßnahmen, die gleichzeitig die Gesundheit aller fördern.

Bereits Kleinkinder essen zu süß und ungesund

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Die Ernährung in den ersten Lebensjahren bilde das Fundament

für die kindliche Entwicklung und Gesundheit und sei prägend für spätere Essgewohnheiten, erklärt Prof. Dr. Regina Ensenaer, Leiterin des Instituts für Kinderernährung am MRI. In einer Studie hat sie mit ihren Kolleg*innen die Essgewohnheiten von Kleinkindern untersucht.

Neuer Online-Kurs zu Stillen und Ernährung im Säuglingsalter

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Ab sofort steht der kostenlose Online-Kurs „Stillen ressourcenorientiert begleiten“ auf der Lernplattform Frühe Hilfen zur Verfügung. Das E-Learning-Angebot unterstützt Fachkräfte bei der Begleitung von Schwangeren und Eltern zu den Themen Stillen und Säuglingsernährung.

Joghurt mit Honig gesünder und stimmungsfördernd

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Die Kombination aus Joghurt und Honig sorgt für eine gute Verdauung und wirkt sich positiv auf die Stimmung und die kognitiven Fähigkeiten aus. Das hat ein Forscherteam um Hannah Holscher von der University of Illinois Urbana-Champaign (UIUC) herausgefunden.

Kinderaugen: Sonnenschäden zählen doppelt schwer

geschrieben von Redakteur | September 26, 2024



Kinderaugen sind durch intensive Sonnenstrahlung besonders gefährdet. Schäden zeigen sich jedoch oftmals erst Jahrzehnte

später. Die Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft rät deshalb zu Vorsicht und gibt Tipps für den richtigen UV-Schutz.