

Orangensaft: teuer wie nie und nur einer „sehr gut“

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Laut ÖKO-TEST stimmt die Qualität der Säfte zwar meist, in Sachen Arbeitsbedingungen auf den Orangenplantagen gibt es jedoch bei fast allen Anbietern Luft nach oben. Nur ein Produkt ist „sehr gut“: der Fairglobe Way To Go Orangensaft von Lidl.

Wer sich viel bewegt, denkt schneller und besser

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Unser Gehirn ist entstanden, damit wir uns bewegen können. Und wer sich viel bewegt, der denkt nicht nur schneller, sondern

auch besser. Das bestätigt nun auch eine Studie aus Portsmouth.

Selbstbestimmtes Essen fördert die Gesundheitskompetenz

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Die Stiftung Kindergesundheit plädiert für Respekt vor dem kindlichen Autonomiebedürfnis bei Tisch und empfiehlt einen zweigleisigen Weg zu einer gesundheitsfördernden Esskultur: Einen gelassenen Umgang mit den Nahrungsvorlieben des Nachwuchses, begleitet von einer frühzeitigen Ernährungsbildung.

Kindgerechte Ernährung:

Wissen, was gesund hält

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Du willst Deinen Kindergartenkindern eine entwicklungsgerechte Ernährung anbieten und sie für gesunde Lebensmittel begeistern? Außerdem die Eltern überzeugen? Dann bilde Dich am IST zum:zur Ernährungsberater:in für Kinder weiter.

Fertiger Pizzateig im Test: Aldi macht das Rennen

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Mit fertigen Pizzateigen ist Pizza schnell selbst gemacht. Aber sind die Produkte aus den Kühlregalen auch empfehlenswert? Ökotest hat 19 Fertigteige geprüft, nur ein Produkt ist „sehr gut“. Häufigste Kritikpunkte: Erhöhte Keimzahlen und enthaltene Phosphate.

Kinderärzte warnen vor Melatonin als Einschlafhilfe

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Kindern Melatonin zum Einschlafen zu geben, birgt offenbar ein ordentliches Risiko. Darauf weist Prof. Dr. med. Ekkehart Paditz aus Dresden hin. Melatonin sollte ihm zufolge nur in absoluten Ausnahmefällen nach ärztlicher Verordnung in möglichst geringer Dosis verabreicht werden.

Fünf Tipps, um die Weichen für ein gesundes Leben zu stellen

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Die Voraussetzungen für gesunde Gefäße und ein gesundes Herz lassen sich bereits in der Kindheit schaffen. Wir können darauf Einfluss nehmen. Die Prävention sollte so früh wie möglich beginnen.

Wissenschaftler fordern dringend Aufschub der Digitalisierung

geschrieben von Redakteur | Januar 30, 2024



Wissenschaftler und Mediziner fordern, den Prozess der Digitalisierung an Kitas und Grundschulen auszusetzen. Im Sinne der Fürsorgepflicht müssten erst die wissenschaftlichen Hinweise auf enorme Nachteile und Schäden für die Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kindern durch digitale Medien geklärt werden. Der Grundschulverband stellt sich gegen

das Moratorium.