

# Gutes Essverhalten früh erlernen: kostenfreier Online-Kurs für Fachkräfte

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Die frühe Kindheit prägt unser Essverhalten für das ganze Leben. Eine entscheidende Rolle spielen dabei die Essgewohnheiten in der Familie. Fachkräften, die Familien mit Babys und Kleinkindern dabei unterstützen, steht jetzt der neue qualitätsgesicherte Online-Kurs „Essalltag in Familien gestalten“ auf der Lernplattform Frühe Hilfen zur Verfügung.

---

# Neuer Online-Kurs zu Stillen und Ernährung im Säuglingsalter

geschrieben von Redakteur | November 14, 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.

---

# Viele Kinder-Fruchtsnacks sind meist stark überzuckert

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Foodwatch hat 77 Fruchtsnacks für Kinder testen lassen. Das Ergebnis: Nur 14 davon dürften nach den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation an Kinder beworben werden.

---

# Die Ernährung werdender Väter beeinflusst die Gesundheit ihrer Kinder

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Eine aktuelle Studie von Helmholtz Munich und dem Deutschen Zentrum für Diabetesforschung liefert neue Erkenntnisse darüber, wie Ernährung und Übergewicht von Vätern die Gesundheit ihrer Kinder beeinflussen können – schon vor der Zeugung.

---

## Die neuen Empfehlungen zur Ernährung sind für viele wenig sinnvoll

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Die lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen für Deutschland wurden überarbeitet. Neu an diesem Modell ist, dass es auch Aspekte wie Nachhaltigkeit, berücksichtigt. Die Deutsche Akademie für Präventivmedizin kritisiert, dass Klimaschutz wichtiger als Gesundheit zu sein scheine und viele Aussagen nicht wissenschaftlich begründet seien.

---

## Nachhaltige Ernährung wird an Bedeutung gewinnen

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Der Ernährungsstil spielt in unserer Gesellschaft eine wachsende Rolle. Vor allem für junge Menschen ist eine gesunde Lebensweise heute wichtiger denn je. Dr. Juliane Heydenreich, Professorin für experimentelle Sporternährung an der Universität Leipzig, spricht über Ernährungstrends und die Gefahren von Nahrungsergänzungsmitteln.

---

# Wie sich der Geschmack beim Essen entwickelt

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Während die einen von Spargel oder Rosenkohl gar nicht genug bekommen können, graut es anderen davor. Woran das liegt, ist das Thema von Dr. Bianca Müller, Professorin für Ernährungswissenschaft und Lebensmitteltechnologie an der SRH Fernhochschule. Sie erklärt im folgenden Beitrag, wie sich geschmackliche Vorlieben entwickeln.

---

# Verkaufsstopp nach Reisetest: Norma und Rapunzel reißen Grenzwerte

geschrieben von Redakteur | November 14, 2024



Ein kleines Korn, das es in sich hat: Reis ist häufig mit Schadstoffen belastet, doch in zwei Testprodukten stecken laut ÖKO-TEST sogar mehr als in der EU erlaubt. Norma und Rapunzel leiten einen Verkaufsstopp für die betroffenen Produkte ein. „Sehr gut“ schneiden dagegen vier Marken im Test ab.