

# 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.

---

## Bereits Kleinkinder essen zu süß und ungesund

geschrieben von Redakteur | November 14, 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 Ensenauer, Leiterin des Instituts für Kinderernährung am MRI. In einer Studie hat sie mit ihren Kolleg\*innen die Essgewohnheiten von Kleinkindern untersucht.