

# Pflanzenbasierte Ernährung kann für Kinder gesund sein

geschrieben von Redakteur | Dezember 17, 2025



Vegetarische und vegane Ernährung kann Kinder laut einer groß angelegten internationalen Studie gesund unterstützen – wenn sie gut geplant ist. Ohne gezielte Ergänzung drohen jedoch Nährstoffmängel, vor allem bei Vitamin B12, Jod und Calcium. Worauf Eltern achten sollten.

---

# Wie Spielwaren Kindern helfen, gesunde Entscheidungen zu treffen

geschrieben von Redakteur | Dezember 17, 2025



Die Kombination aus aktiven und edukativen Spielwaren unterstützt Kinder, ein frühes Bewusstsein für eine gesunde Lebensweise zu entwickeln. Mit den Kinder-Fahrzeugen und Puzzles von beleduc macht Gesundheit Spaß und wird zum wichtigen Bestandteil im Alltag!

---

# Elternprogramme verhindern kein Übergewicht bei Kleinkindern

geschrieben von Redakteur | Dezember 17, 2025



Elternprogramme allein verhindern kein Übergewicht bei Kleinkindern. Forschende betonen die Bedeutung von strukturellen Maßnahmen wie Zugang zu gesunden Lebensmitteln, Grünflächen und bezahlbarem Schulessen. Nur so können Kinder unabhängig von Herkunft gesund aufwachsen.