

Die Gesundheitskompetenz in den Familien stärken

geschrieben von Redakteur | September 23, 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.

Joghurt mit Honig gesünder und stimmungsfördernd

geschrieben von Redakteur | September 23, 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.

Die Ernährung werdender Väter beeinflusst die Gesundheit ihrer Kinder

geschrieben von Redakteur | September 23, 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.

Essen entdecken! Eine

Lernreise für pädagogische Fachkräfte und Kita-Kinder

geschrieben von Redakteur | September 23, 2024



Essen entdecken! ist ein kostenfreies, interaktives Bildungsprogramm der Sarah Wiener Stiftung für Kitas deutschlandweit. Es begleitet pädagogische Fachkräfte dabei, mit Kita-Kindern zu erkunden, woher regionale Bio-Lebensmittel kommen und wie sie hergestellt werden.

Die neuen Empfehlungen zur Ernährung sind für viele wenig sinnvoll

geschrieben von Redakteur | September 23, 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 | September 23, 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.

Viele Schüler fühlen sich wohl, bewegen sich aber viel zu wenig

geschrieben von Redakteur | September 23, 2024



Kinder und Jugendliche an deutschen Schulen schätzen ihre Gesundheit größtenteils als gut ein. Allerdings bewegen sich fast alle zu wenig und die gesundheitliche Situation ist stark vom Wohlstand, Alter und Geschlecht abhängig. Das sind einige Ergebnisse der bundesweiten HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children).

Traumata verschärfen Schlafprobleme von Kindern

geschrieben von Redakteur | September 23, 2024



Traumata verschärfen bei Kindern Schlafprobleme und diese haben negative Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System im späteren Leben. Das ist das Ergebnis einer Studie, bei der die Daten von über 100.000 Kindern ausgewertet wurden.