

23/2009 | 08. Dezember

Kinderernährung leicht gemacht

Neue DGE-Broschüre „Das beste Essen für Kinder“

(dge) „Darf ich was Süßes?“ Gerade in der Weihnachtszeit werden Kinder-
augen größer, wenn sie die vielen Leckereien wie Lebkuchen, Printen, Zucker-
watte, Waffeln & Co entdecken. Wieder einmal stellt sich für viele Eltern die
Frage: Wie lernt mein Kind am besten den verantwortungsvollen Umgang mit
Süßigkeiten und Snacks? Diese und viele andere Fragen von Eltern zur
ausgewogenen Ernährung beantwortet die Broschüre „Das beste Essen für
Kinder“, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) gemeinsam
mit dem aid infodienst erstellt hat. Schritt für Schritt erfahren Eltern wie sie ihre
Kinder für das Thema Essen und Genießen begeistern und sie dabei
unterstützen können, selbst Verantwortung zu übernehmen. Der Grundstein für
ein gesundes Essverhalten wird in der Kindheit gelegt. Da Kinder vor allem
durch Beobachten, Nachahmen und Ausprobieren lernen, spielen Eltern als
Vorbilder eine wichtige Rolle bei der Ernährungserziehung.

Auf 56 Seiten liefert die Broschüre in vier übersichtlichen Kapiteln zahlreiche
Tipps rund um die Kinderernährung sowie wertvolle und anschauliche
Empfehlungen für die Ernährungserziehung und die Bewegung des Kindes im
Alltag. Das vierte Kapitel beantwortet wichtige und häufige Fragen zur
Kinderernährung, z. B. zur Vermeidung von Zahnkaries oder was zu tun ist,
wenn Kinder keine Milch vertragen. Außerdem sind weiterführende Adressen
und verständlich formuliert ist diese Broschüre ein idealer Ratgeber und Helfer
für Eltern, denen das Wohl ihrer Kinder am Herzen liegt.

Die Broschüre „Das beste Essen für Kinder“, Artikel-Nr. 400431 kann ab sofort
zum Preis von 2,50 € zzgl. 3,00 € Versandkosten beim DGE-MedienService
Tel.: 0228 909-2626, Fax: 0228 909-2610 oder auf www.dge-medien-service.de,
bestellt werden.

1 907 Zeichen (ohne Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Antje Gahl
Tel.: 0228 3776-630 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: gahl@dge.de
DGE-Pressinfos im Internet: www.dge.de



Eine druckfähige Abbildung
erhalten Sie unter:
[http://www.dge.de/
rd/essenfuerkinder/](http://www.dge.de/rd/essenfuerkinder/)

Herausgeber:

**Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V. (DGE)**Godesberger Allee 18
53175 BonnTel.: 0228 3776-600
Fax: 0228 3776-800E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.deNachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.
Belegexemplar erbeten.