Ernährungsprojekt für junge Familien auf Erfolgskurs

24. Juli 2015

Landau, Lkr. Dingolfing-Landau – Maßgeschneiderte Ernährungstipps stehen gerade bei jungen Familien hoch im Kurs. Das zeigen erste Erfahrungen mit dem Bildungsprogramm „Gesund und fit im Kinderalltag“, das Ernährungsminister Helmut Brunner vor gut einem Jahr gestartet hatte. Rund 20.000 Familien mit Kita-Kindern haben seither an den landesweit 1.000 Bildungsveranstaltungen der Ämter für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten teilgenommen, wie der Minister am Freitag bei einer Zwischenbilanz in Landau a.d.Isar mitteilte. „Unsere Angebote kommen bei den Familien ausgesprochen gut an“, sagte Brunner. Das Interesse an kompetenter Hilfestellung in allen Ernährungsfragen sei riesig. Dem Minister zufolge stellen die Eltern schon in den ersten Lebensjahren die Weichen für das spätere Ess- und Bewegungsverhalten der Kinder. Umso wichtiger sei es, gerade junge Eltern mit Kleinkindern für einen gesunden Lebensstil mit viel Bewegung zu sensibilisieren und sie durch gezielte Anregungen zu unterstützen. Das Projekt setzt auf eine Vernetzung aller Akteure im Ernährungsbereich und auf eine enge Kooperation mit Kindertagesstätten.

Erfolgsgeheiminis des Programms ist nach Aussage Brunners die Praxisnähe und die leichte Umsetzbarkeit der Angebote im Alltag. In sechs Modulen unter dem Titel „Eltern-Kind-Kochen“, „Frühstückswoche“, „Sinn und Unsinn von Kinderlebensmitteln“, „Komm mit, wir gehen zum Bauernhof“, „Wanderung mit Picknick“ und „Fitness-Olympiade“, dreht sich alles um die Themen gesunde Ernährung und Bewegung. Besonders beliebt ist dem Minister zufolge die „Frühstückswoche“: Hier gibt es eine Woche lang wertvolle Tipps für das Füllen der Brotzeitbox und viel Wissenswertes zur richtigen Auswahl von Getränken und Lebensmitteln. Und probiert werden darf natürlich auch.

Detailinformationen gibt es bei den Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und unter www.ernaehrung.bayern.de.