

# Pressemitteilung AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

## Ernährungsministerium und AOK starten gemeinsames Ernährungsbildungsangebot für Kitas

Ernährungsbildung im Kita-Alltag miteinander leben: Dafür hat das Ernährungsministerium in Kooperation mit der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse ein landesweites Angebot mit einem ernährungswissenschaftlich fundierten Konzept auf den Weg gebracht. Das neu aufgelegte „5-Sterne-Power-Frühstück“ steht unter dem Motto: Gemeinsam mit einem vollwertigen Frühstück in den Kita-Alltag starten. Es enthält viele praktische Anleitungen und Anregungen für Aktivitäten zur Ernährungs- und Umweltbildung in der Kita. Die Kinder können so Lebensmittel durch Riechen, Fühlen, Sehen und Schmecken erleben sowie durch ein phantasievolles Kombinieren, Zubereiten und Anrichten mit ihnen experimentieren.

„Mit diesem Ernährungsbildungsangebot wollen wir insbesondere die Zusammenarbeit zwischen dem gesamten Kita-Team, den Kita-Kindern und deren Eltern stärken“, so Ernährungsministerin Höfken. „Wenn alle aktiv mitmachen und gemeinsam Wert auf ein ausgewogenes Frühstück – sowohl zu Hause als auch beim Zusammenstellen der Frühstücksbox für die Kita – legen, sorgen wir für Ernährungskompetenzen, die Fehlernährung und Übergewicht vorbeugen können“, so Höfken weiter.

Mit dem „5-Sterne-Power-Frühstück“ wird eine optimale Verknüpfung von Theorie und Praxis ermöglicht, insbesondere durch die fachkompetente Unterstützung von Präventionsfachkräften der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland. Die rund 25 Präventionsfachkräfte der AOK besuchen die Kitas, orientieren sich an den individuellen Bedürfnissen der Kita-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und unterstützen diese bei Aktionen mit Kindern sowie deren Eltern rund um das Thema Frühstück.

In Deutschland hat der Anteil der Kinder und Jugendlichen, die regelmäßig frühstücken, in den vergangenen zwanzig Jahren kontinuierlich abgenommen und ist im europäischen Vergleich besonders niedrig. Etwa jedes dritte Kind geht ohne Frühstück aus dem Haus, dabei gilt das Frühstück als die wichtigste Mahlzeit des Tages. Kinder und Jugendliche, die regelmäßig frühstücken, schneiden in Punkto Aufmerksamkeits- und Gedächtnisleistungen besser ab und leiden seltener an Übergewicht. „Ziel ist es, den Kindern und Jugendlichen schon früh einen niedrigschwelligen Zugang zur Gesundheitsförderung zu ermöglichen und Spaß an Gesundheit zu vermitteln. Daher ist es uns als Gesundheitskasse ein besonderes Anliegen, mit dem ‚5-Sterne-Power-Frühstück‘ Erzieherinnen und Erzieher sowie Eltern zu sensibilisieren, welche Bedeutung das Frühstück als wichtigste Mahlzeit des Tages hat“, erklärte Udo Hoffmann, Beauftragter des Vorstandes der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland und freut sich über die gelungene Gesundheitskooperation im Sinne der Kinder.

Hintergrund:

Das „5-Sterne-Power-Frühstück“ ist eine pädagogische Begleitmaßnahme, die innerhalb des EU-Schulprogramms und als ein Baustein der Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ von Kitas durchgeführt werden kann. Neben der wöchentlichen Extraportion von frischem Obst und Gemüse sowie ungesüßter Milch leisten die drei Bausteine des Medienpaketes einen präventiven Beitrag, um Kinder vor Fehlernährung, zu hohem Zuckerkonsum und deren Auswirkungen wie Übergewicht und Adipositas zu schützen. Ein Begleitheft für die Kita-Fachkräfte bietet sowohl fachliche Informationen als auch viele Anregungen zur praktischen Umsetzung der Ernährungsbildung in der Kita. Außerdem werden Anreize gegeben, um Themen wie Tierhaltung oder regional und ökologische Produktion näher zu erörtern. Ein Rezeptheft für die Eltern und Kinder enthält zahlreiche Ideen und Tipps für die eigene Pausenbrotdose oder ein abwechslungsreiches Frühstück zu Hause. Der Erhalt einer Frühstücksmehrwegbox rundet das Angebot ab. Weitere Informationen zum Inhalt und zum Anmeldeverfahren des „5-Sterne-Power-Frühstücks“ sind abrufbar unter: <https://mueef.rlp.de/de/themen/ernaehrung/kita-isst-besser/5-sterne-power-fruehstueck/>

[3.864 Zeichen mit Leerzeichen]