



**Prof. Dr. Ines Heindl** (Universität Flensburg)  
**Dipl.-Haushalts-ökonomin Corinna Willhöft** (Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel)  
Samstag, 03.03.2007 09:00h

## ***Ernährungsbildung und ihre Bedeutung für den Lebensstil von Kindern***

Viele Kinder lernen die Vielfalt frischer Lebensmittel nicht mehr kennen, weil sie das Angebot in einer wichtigen Phase der kindlichen Entwicklung nicht erhalten. Dabei werden bereits dort Geschmacksvorlieben und Abneigungen geprägt, die die Essgewohnheiten häufig ein Leben lang bestimmen. Die Folge sind u.a. mangelnde Genussfähigkeit und ein einseitiges, am Einheitsgeschmack von Convenience- und Fast Food ausgerichtetes Ess- und Trinkverhalten, das nicht selten z.B. in Übergewicht mündet – mit allen psycho-sozialen und gesundheitlichen Folgen. Der Vortrag stellt die Bedeutung und die Elemente einer langfristig angelegten Ernährungsbildung für die Ausprägung eines gesunden Lebensstils von Kindern dar. Im Mittelpunkt steht dabei eine grundlegende Sinnesbildung über Essen und Trinken.