

Kinder ernähren sich falsch, Klöckner sieht deshalb "Nachholbedarf" bei Lehrern und Pädagogen

Beitrag von „Kathie“ vom 9. Juli 2019 18:44

Also ehrlich gesagt verstehe ich überhaupt nicht, was ich mir hier ständig anhören muss von fossi oder Buntflieger, wenn ich sage, Obst ist gesund.

Dass zu viel Obst bzw nur Obst nicht mehr gesund ist, ja klar, stimmt. Dass manche Menschen eine Fruktoseunverträglichkeit haben oder aus anderen Gründen keine Äpfel vertragen, mag auch sein, und dass für diese Menschen dann saure Apfelringe gesünder sind als Äpfel, auch (naja...). Aber daraus irgendwie pauschal abzuleiten, dass irgendwie Salami gesünder ist, ist Quatsch, weil die meisten Leute halt kein Problem mit Obst in normalen Mengen haben.

Ich sehe meine Zweitklässler, die Hälfte davon hat bereits mehrere silberne Kronen auf den Milchzähnen, bekommt nur Gebäck oder Süßkram zur Brotzeit mit, etc pp. Diesen Kindern kann und muss man in der Schule zumindest die Grundlagen vermitteln, und die sind nun mal zum Beispiel, dass (Achtung, Muttiweisheit, wenn du so magst) in Obst und Gemüse Vitamine drin sind.

Ich habe eigene Kinder, die dürfen naschen, aber bei uns daheim gibt es alles an Lebensmitteln zur Auswahl. Phasenweise wird viel Obst gegessen, dann plötzlich wieder vermehrt Rohkost, dann gibt es Tage, da leben sie von Müsli und Pommes. Wichtig war mir als Mutter immer, dass ich auch gesundes Essen anbiete, also nachmittags zum Beispiel Obst und Joghurt und Kekse. Und dass ich kein Theater ums Gewicht mache. Eins meiner Kinder war im Kleinkindalter moppelig, aber das hat sich von alleine gegeben. Ja, ich denke, weil das Essen bei uns nie groß Thema war. Man durfte alles essen.

Aber der Knackpunkt ist halt - die Sachen waren da.

Wenn es im Haushalt nie Obst oder Gemüse gibt, wie soll ein Kind das dann kennen lernen. Wie Krabbel schon schrieb, hier wird dann die Schule doch wichtig im Hinblick auf Ernährung und das Wissen darüber.