

## 20 Kitas fürs „Abenteuer Essen“ gesucht

Das Programm „Abenteuer Essen – frühkindliche Ernährungsbildung in der Metropolregion Rhein-Neckar“ geht in eine neue Runde. Kindertagesstätten aus Nordbaden, Südhessen und der Pfalz können sich noch bis 18. März unter [www.m-r-n.com/abenteuernessen](http://www.m-r-n.com/abenteuernessen) bewerben. Die Teilnahme ist kostenfrei. 20 Einrichtungen werden ausgewählt. Im Rahmen von „Abenteuer Essen“ erhalten pro Kita zunächst zwei bis vier Erzieherinnen und Erzieher eine umfassende Schulung zu Ernährungsbildung und Gesprächsführung mit Eltern. Als „Beauftragte für Ernährungsbildung“ sind die pädagogischen Fachkräfte gut vorbereitet, das Thema altersgerecht und nachhaltig in den Kita-Alltag einzubringen, etwa durch das gemeinsame Zubereiten von Mahlzeiten oder einen Ausflug auf den Bauernhof. Unterstützt werden die Erzieherinnen und Erzieher in ihrer Arbeit vor Ort von erfahrenen Ökotrophologinnen.

Seit dem Start im Jahr 2014 durchliefen bereits 70 Kitas aus allen Teilen der Metropolregion das ernährungspädagogische Programm. Rund 200 pädagogische Fachkräfte profitieren schon von der Weiterbildung. Über 5.000 Kinder werden erreicht und gemeinsam mit ihren Eltern für eine bewusster Ernährung sensibilisiert. Mit Erfolg: „Die wissenschaftliche Begleitstudie zeigt eindeutig eine positive Veränderung beim Ernährungsverhalten“, so Dr. Markus Gomer, Leiter des Fachbereiches Bildung, Gesundheit, Arbeitsmarkt bei der Metropolregion Rhein-Neckar GmbH. So wissen die „Abenteuer Essen“-Kinder deutlich mehr über Lebensmittel, deren Herkunft und Herstellung als Kinder einer Vergleichsgruppe. Zudem greifen sie häufiger zu gesunden Lebensmitteln wie Obst, Gemüse und zuckerfreien Getränken, und das auch zu Hause. Darüber hinaus sind die Kinder feinmotorisch geschickter, etwa beim Brot schmieren, Teig formen oder Karotte schälen.

### „Abenteuer Essen“: Prävention von klein auf

Viele Kinder in Deutschland ernähren sich falsch: zu viel Zucker, Fett und Fleisch, zu wenig Obst und Gemüse. Die Folge: Sechs Prozent der Kinder sind adipös, 13 Prozent übergewichtig – mehr als doppelt so viele wie noch vor zehn Jahren. Auch ernährungsbedingte Erkrankun-

Ansprechpartner  
Florian Tholey  
Metropolregion Rhein-Neckar  
GmbH

Telefon  
+49 621 10708-351

E-Mail  
[florian.tholey@m-r-n.com](mailto:florian.tholey@m-r-n.com)

gen treten vermehrt im Kindesalter auf. So haben sich die Typ-2-Diabetes-Erkrankungen bei Jugendlichen laut einer Studie der Deutschen Diabetes Gesellschaft innerhalb der letzten Dekade verfünffacht.

Vor diesem Hintergrund initiierte die Metropolregion Rhein-Neckar GmbH gemeinsam mit einem engagierten Team das Projekt „Abenteuer Essen“. Das ernährungspädagogische Programm stärkt das Ernährungsbewusstsein und beugt so Erkrankungen wie Übergewicht, Diabetes und Bluthochdruck vor. „Mit ‚Abenteuer Essen‘ wollen wir bereits in jungen Jahren den Grundstein für eine gesunde Ernährung und Lebensweise legen. Besonders wichtig ist uns dabei, das gesamte Umfeld einzubinden, angefangen bei den Kindern über die Erzieherinnen und Erzieher bis hin zu den Eltern“, so Petra Jahn-Stahnecker, verantwortlich für die Bildungsaktivitäten im Rahmen des gesellschaftlichen Engagements bei der BASF SE.

#### **Zu „Abenteuer Essen“**

„Abenteuer Essen“ wurde im Jahr 2014 von Metropolregion Rhein-Neckar GmbH gemeinsam mit einem engagierten Initiatoren-Team ins Leben gerufen. Das ernährungspädagogische Programm ist eingebettet in die „Initiative Prävention“. Nach einer erfolgreichen Entwicklungs- und Erprobungsphase von drei Jahren wird „Abenteuer Essen“ seit Juli 2017 mit der Unterstützung folgender Partner in der Metropolregion Rhein-Neckar fortgeführt: BASF SE, BKK Pfalz, DAK Gesundheit, Fuchs Petrolub SE, Heinrich-Vetter-Stiftung, IKK classic, IKK Südwest, pronova BKK, Siemens Betriebskrankenkasse und Techniker Krankenkasse.