

PRESSEINFORMATION

Wien, 21. April 2008

„Ja! Natürlich Kinderernährungsstudie 2008“ zeigt Potenziale in der Kinderernährung auf

Die „Ja! Natürlich Kinderernährungsstudie 2008“ zeigt den Ernährungsalltag von Österreichs Volksschulkindern sowie Potenziale in deren Ernährung auf. Aus Sicht der Ernährungswissenschaft ist der Anteil an komplexen Kohlehydraten und Ballaststoffen zu gering – Lösungsvorschläge dafür: Die Bedürfnisse der Kinder ernst nehmen und die Genussfähigkeit der Kinder ohne erhobenen Zeigefinger nachhaltig stärken. Ja! Natürlich und BILLA ist die gesunde, ausgewogene, genussvolle und vielfältige Ernährung der Kinder ein großes Anliegen, deshalb möchten die Unternehmen den Österreicherinnen und Österreichern einfache Hilfestellungen zur Umsetzung im Alltag anbieten: Die Unternehmen laden darum zum größten Bio-Kinderkochevent Österreichs „Kinderleicht kochen mit Sarah Wiener“ am 17. Mai 2008 ein. Hier lernen Kinder, wie viel Spaß Kochen und eine ausgewogene Ernährung machen kann.

Erstmals wurden 510 österreichische Kinder zwischen sechs und zehn Jahren und deren Eltern in persönlichen Interviews für die „Ja! Natürlich Kinderernährungsstudie 2008“ vom market-Institut befragt, um den Ernährungsalltag von Österreichs Volksschulkindern unter die Lupe zu nehmen. Mag. Martina Hörmer, Geschäftsführerin von Ja! Natürlich, über die Beweggründe zur Studie: „Ja! Natürlich engagiert sich seit Jahren im Bereich Kinderernährung. Uns ist es wichtig, die Wünsche und Bedürfnisse der Eltern und Kinder zu kennen und mit unserem Know-how als größte Biomarkete Österreichs praktische Hilfestellungen für eine ausgewogene, einfache, genussvolle und vielfältige Ernährung zu bieten“. So gibt die nun vorliegende Studie einen guten Überblick zum täglichen Speiseplan der Kinder inklusive Wunsch und Realität der täglichen Ernährung. Generell sind die Lieblingsspeisen der Kids Pizza, Spaghetti und Schnitzel, aber auch Obst gehört zu den Favoriten, während Gemüse im Alltag eindeutig zu kurz kommt.

Frühstück: Ein Drittel geht mit leerem Magen zur Schule, Ostösterreicher sind Frühstücksmuffel

Nur in zwei Drittel der Haushalte mit Kindern zwischen sechs und zehn Jahren gibt es an jedem Schultag auch ein Frühstück. Im Osten Österreichs (Wien, Niederösterreich und Burgenland) liegt dieser Wert gar nur bei 59 %, und ein Viertel der Kinder im Osten des Bundesgebietes geht sogar jeden Tag ohne Frühstück zur Schule. Am Frühstückstisch wünschen sich die Kinder warmen Kakao (66 %), Cornflakes oder eine Semmel mit süßen Aufstrichen wie Marmelade. Wunsch und Wirklichkeit liegen beim Frühstück eng beieinander – den Kakao gibt es (fast) immer, die Cornflakes kommen ebenfalls häufig auf den Tisch, nur die Semmel wird vom Schwarzbrot an der Spitze abgelöst.

Die Schuljause mit Obst ist hierzulande sehr beliebt

Eine Jause findet sich in drei Viertel der Schultaschen täglich wieder – auch im Osten Österreichs gehört die Jause zur Standardausrüstung an einem Schultag. Ins Auge springt die Alterskorrelation: Je älter die Kinder, desto häufiger verzichten sie auf die Jause. Als Lieblingsjause nennen die Kinder Wurstbrote (60 %) und Obst (58 %). Die faktische Jause bildet auch die Wunschjause ab und rund zwei Drittel der Kids haben meistens Obst in ihrem Jausenpaket.

Österreichs Familien schätzen das warme Mittagessen – Gemüse zählt nicht zu den Leibspeisen

Ein Schulalltag ohne warmes Mittagessen ist in den österreichischen Familien nahezu unvorstellbar – in neun von zehn Familien kommt es täglich auf den Tisch. Nur ganz vereinzelt gibt es selten oder nie etwas Warmes zu Mittag. Konsumiert wird die warme Mahlzeit meist zuhause (77 %). Nur jedes siebente Kind isst außer Haus und hier vor allem in Schule und Hort (15 %). Als Hauptmahlzeit wünschen sich 84 % der Kinder Nudelgerichte gefolgt von Pizza (77 %), Schnitzel (74 %) und Fleisch (65 %). Gemüse als Hauptspeise zählt nicht zu den Favoriten, der Gemüsestrudel wird mit 17 % an die letzte Stelle der gewünschten Speisen verwiesen. Die Lieblingsbeilagen sind Nudeln (75 %) und Pommes (74 %), weniger gewünscht werden Salate und auch hier, Gemüse.

In der Realität dominiert bei den Hauptgerichten ganz nach Wunsch der Kinder die italienische Küche vor den klassischen österreichischen Speisen – und Gemüse als Hauptgericht bleibt eine Ausnahme. Die häufigsten Beilagen sind Nudeln gefolgt von Kartoffeln und Reis, und auch wenn sich die Begeisterung der Kinder in Grenzen hält, steht in jedem zweiten Haushalt meist auch der Salat auf dem Mittagstisch. Hoch ist die „Pommes-Quote“ – in jedem zweiten Haushalt gibt es mittags meistens (40 %) Pommes Frites und damit liegen diese knapp aber doch vor dem gesunden Gemüse.

Das Abendessen – kalte Speisen im Familienkreis

Das Abendessen entpuppt sich als DIE gemeinsame Familienmahlzeit mit Mutter und Vater. Es wird üblicherweise in den eigenen vier Wänden eingenommen und bei knapp zwei Drittel ist auch der Vater anwesend. Am Abend werden kalte Speisen und einfache Gerichte aufgetischt und das entspricht auch den Vorstellungen der Kinder, die warme Gerichte weniger laut fordern als zu Mittag. Weiterhin beliebt sind aber auch hier die italienischen Speisen – die Würstel können sich gegenüber dem Mittagessen verbessern und liegen im Ranking gleich auf mit Pizza und Co. Deutlich beliebter sind am Abend belegte Brote und Weckerln mit Wurst und Aufstrichen. Obst und Joghurt beschließen in vielen Fällen die Abendmahlzeit.

Die Mütter kochen und berücksichtigen Wünsche der Kinder

Egal ob Frühstück, Jause, Mittagessen oder Abendessen – für die Zubereitung der Speisen sind klar Österreichs Mütter zuständig. Gekocht wird meist ohne Mithilfe der Kinder, dafür sind diese aber überwiegend beim Lebensmitteleinkauf dabei und auch bei der Auswahl der Speisen haben sie ein gewichtiges Wort mitzureden.

Ein Viertel möchte mehr Obst und Gemüse essen – Ja! Natürlich ist Marke mit höchster Kompetenz in Sachen gesunder Ernährung

Das Gros der Eltern ist mit dem Ernährungsverhalten der Kinder zufrieden, nur ein Viertel der österreichischen Eltern wünscht sich Änderungen im Ernährungsverhalten. Dieses Viertel der Elternschaft denkt dabei vor allem an mehr Obst und Gemüse und dafür weniger Naschereien. Die Biomarke Ja! Natürlich wird von den Eltern als ein zentraler Botschafter für bewusste Ernährung wahrgenommen – mehr als die Hälfte der Eltern von Volksschulkindern nennt Ja! Natürlich spontan im Zusammenhang mit „gesunder Ernährung“.

Fazit: Potenziale nutzen, um Schwachstellen in der Kinderernährung auszugleichen

Aus ernährungswissenschaftlicher Sicht zeichnen sich eine Reihe von Potenzialen in der Ernährung von Schulkindern ab. „Die Nährstoffzufuhr ist unausgewogen, der Fettkonsum der österreichischen Volksschulkinder ist ebenso wie der Zucker- und Cholesterinkonsum zu hoch, der Anteil an komplexen Kohlenhydraten und die Zufuhr von Ballaststoffen zu gering“, analysiert Mag. Hanni Rützler, Ernährungswissenschaftlerin und Gesundheitspsychologin, die Ergebnisse der Studie. Diese Schwachstellen fördern die frühzeitige Entwicklung von Übergewicht, Diabetes und Herz-Kreislauf-Risikofaktoren bereits im Kindesalter. Gleichzeitig sieht Rützler zahlreiche Potenziale, die für eine bewusstere Ernäh-

rung genutzt werden sollten. Von Appellen der Eltern an die Gesundheit der Kinder rät Rützler allerdings ab: „Für Kinder ist Gesundheit Normalität und per se keine Verlockung, etwas Bestimmtes zu essen“. Auch das Verbot von geliebten Lebensmitteln oder Belohnung durch Süßigkeiten bringen keinen langfristigen Erfolg.

Kinder können nur über das Genießen für eine ausgewogene Ernährung begeistert werden

„Es lohnt sich gemeinsam der Frage nachzugehen, welche Gemüse- bzw. Obstsorten und Zubereitungsarten so gut schmecken, dass man gerne mehr davon isst. So lernen wir den Geschmack und die Bedürfnisse der Kinder im Zusammenhang mit der Ernährung zu berücksichtigen und den bewussten Genuss von Lebensmitteln zu fördern“, so Rützler. Die „Genussfähigkeit“ steht dabei als Voraussetzung, ernährungswissenschaftliche Empfehlungen im Alltag auch umzusetzen. Das größte Potenzial einen nachhaltigen Beitrag für eine ausgewogene Kinderernährung zu leisten, sieht die Expertin in der spielerischen Genusserziehung: „Kinder benötigen Raum und Zeit zum Experimentieren, Ausprobieren und Entdecken – auch beim Essen“, so Rützler. Eine Kerbe in die Ja! Natürlich nun einmal mehr schlagen möchte.

Ja! Natürlich und BILLA laden zu Österreichs größtem Bio-Kinderkochevent

Gemeinsam mit Österreichs führendem Supermarkt BILLA lädt Ja! Natürlich am 17. Mai 2008 zu „Österreichs größtem Bio-Kinderkochevent“. Beide Gastgeber haben bereits zahlreiche Schwerpunkte im Bereich Kinderernährung gesetzt und wollen mit der Veranstaltung einmal mehr die Bedürfnisse der Kinder ernst nehmen. Bei sensiblen Themen wie dem der Ernährung wird dabei eng mit erfahrenen Experten zusammen gearbeitet. Auch beim größten Bio-Kinderkochevent setzen BILLA und Ja! Natürlich auf Qualität und Know-how: Als „Chefköchin“ der Veranstaltung konnte die Starköchin Sarah Wiener gewonnen werden.

„BILLA und Ja! Natürlich sind starke Partner im österreichischen Lebensmittelhandel, denen eine gesunde und bewusste Ernährung der Österreicherinnen und Österreicher wichtig ist. Wir freuen uns, mit der Veranstaltung Kinder und Eltern ein genussvolles Gemeinschaftserlebnis zu ermöglichen“, informiert Mag. Volker Hornsteiner, Vorstandssprecher der BILLA AG. BILLA setzt sich unter der Plattform „Forum Besser Leben“ seit verganginem Jahr generell für mehr Lebensqualität und eine gesunde Ernährung der Österreicherinnen und Österreicher ein – so wurden auch im Bereich der Kinder bereits zahlreiche Schwerpunkte gesetzt: beispielsweise mit dem Launch von speziellen gesunden Kinder-Produkten wie den Kinderäpfeln, -birnen, oder -bananen, die kleiner als „normales“ Obst

sind und großen Zuspruch finden, aber auch mit dem Billa4kids Magazin und der Website www.billa4kids.at, die sich mit kindgerechten und pädagogisch wertvollen Inhalten u.a. auch zum Thema gesunde Ernährung direkt an die Jüngsten richten. Außerdem erhalten Eltern in der „Iss gut“-Kinderbroschüre fundierte Informationen für die Ernährung ihrer Kinder.

Für Ja! Natürlich ist die Großveranstaltung ein weiterer Meilenstein in der 2006 gestarteten Kinderernährungsinitiative „Richtig ernähren ist kinderleicht“: Hier hat Ja! Natürlich u.a. bereits zahlreiche Kinderkochwerkstätten für Kinder und ihre Eltern veranstaltet oder sich für eine gesunde Schuljause eingesetzt - Ja! Natürlich unterstützt viele Schulen in diesem Bereich, dazu hat das Unternehmen auch ein Pilotprojekt in der VS Meissnergasse, Wien 22, durchgeführt. Weiters wurde sogar ein eigener TV-Spot dieser Thematik gewidmet. „Die aktuelle Studie ist für Ja! Natürlich ein klarer Auftrag, den Eltern auch weiterhin praktische Hilfestellungen in Sachen Kinderernährung zu bieten“, so Mag. Martina Hörmer.

Starköchin Sarah Wiener führt an zwölf Kochinseln Regie

Die Veranstaltung „Kinderleicht kochen mit Sarah Wiener“ ermöglicht den Kindern den Umgang mit natürlichen Lebensmitteln. Neben Sarah Wiener werden zahlreiche Helferköche am 17. Mai dafür sorgen, dass an zwölf Kochstationen jeweils ca. 20 Teilnehmer genügend Platz zum spielerischen Kochen bekommen. „Die Kinder haben bei der Veranstaltung die Möglichkeit, ihre Kreativität und ihren angeborenen Sinn für guten Geschmack zum Einsatz zu bringen. Der Spaß wird dabei nicht zu kurz kommen“, verspricht Sarah Wiener.

Gemeinsamer Genuss als Höhepunkt der Veranstaltung

Natürlich können und sollen die selbst zubereiteten Speisen auch gemeinsam mit den Eltern verspeist werden. Ein umfassendes Rahmenprogramm und Erlebnisstationen bieten selbst kleinen „Kochmuffeln“ abwechslungsreiche Alternativen.

Kurzinfos zu Österreichs größtem Bio-Kinderkochevent „Kinderleicht kochen mit Sarah Wiener“

Wann: Samstag, 17. Mai 2008, 14.00 Uhr – 18.00 Uhr

Wo: Colosseum 21, Sebastian-Kohl-Gasse 3-9, 1210 Wien

Rückfragehinweis:

Mag. Corinna Tinkler, Pressesprecherin und Leiterin Unternehmenskommunikation
REWE Group Austria, Industriezentrum NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 16, A-2355 Wiener Neudorf
Tel.: +43 2236 600 5262, E-Mail: c.tinkler@rewe-group.at