

Ernährung für Jugendliche – warum nicht?

Quelle/Link: <https://www.nijz.si/>

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/prehrana_za_mladostnike_-_zakaj_pa_ne.pdf

Thematischer Bereich:

- Klima
- Ernährung
- Umwelt

Art der bewährten Verfahren:

- Projekt
- Initiative
- Programm
- Produktion
- Informationen
- Bildung
- Sonstiges

Zielgruppe:

- Kinder bis 14 Jahre
- Jugendliche
- Lehrer/Erzieher
- Jugendberater
- Junge Flüchtlinge und Asylbewerber

Zusammenfassung:

Die Broschüre richtet sich an junge Menschen und erzieht sie über die Bedeutung der Ernährung, da wir zunehmend mit gesundheitlichen Problemen junger Menschen konfrontiert sind.

Beschreibung:

Die Publikation erklärt auf populäre Weise die Bedeutung der Nahrung als Baustein für Körper und Geist. Die Kapitel folgen einander in einer logischen Reihenfolge mit den Fragen: Warum essen wir? Welche Nahrung braucht unser Körper, um den Bedarf an Baustoffen und Energie zu decken? Wie viel Energie brauchen wir überhaupt von Lebensmitteln? Welche Auswirkungen hat Fast Food auf unseren Körper? Wie viele Mahlzeiten sollte ein Teenager essen?

Trotz des interessant illustrierten Handbuchs wäre es nach wie vor sinnvoll, eine mobile Anwendung zu entwickeln, die noch erfolgreicher auf junge Menschen in der Lebensmittelkompetenz eingehen würde. Leider ist letztere für die heutigen Generationen recht niedrig.

Infolgedessen stehen die Bemühungen um die Erhaltung der Gesundheit und einen gesunden Lebensstil, vor allem im Bereich der Jugendernährung, an vorderster Front in unserem Land.



Zugangsdatum: 23.09.2020