



Start der Rotary Ernährungs-Initiative: „Bewusste Ernährung für gesündere Kinder“

## **Spielerisch gesunde Ernährung lernen**

### **Eine Initiative von Rotary (Distrikte 1820 und 1860) mit Unterstützung durch Novo Nordisk**

(Wiesbaden, September 2005 – hhp) **Immer mehr Kinder und Jugendliche sind zu dick, weil sie sich falsch ernähren und zu wenig bewegen. Statt Vollkornbrot, Obst und Gemüse greifen sie lieber zu fett- und zuckerhaltigen Lebensmitteln. Die Rotary Distrikte 1820 und 1860 möchten gegen diese Entwicklung ein Zeichen setzen. Mit tatkräftiger Unterstützung durch den Diabetesspezialisten Novo Nordisk haben sie die Ernährungs-Initiative „Bewusste Ernährung für gesündere Kinder“ ins Leben gerufen. Als Schirmherrin konnte die hessische Kultusministerin Karin Wolff gewonnen werden. Sie gibt am 30. September 2005 um 11 Uhr in der Friedrich-Ludwig-Jahn-Schule in Wiesbaden den Startschuss für das ehrgeizige Projekt. Ab dann können Kinder und Eltern unter anderem auf der Internetseite [www.gesundekids.de](http://www.gesundekids.de) spielerisch lernen, wie gesunde Ernährung aussehen kann. Außerdem werden hier weitere Informationsmaterialien zum „download“ angeboten. Zusätzlich verteilt Rotary in zahlreichen hessischen und rheinland-pfälzischen Grundschulen Poster und Broschüren mit Stundenplan und Ernährungstipps.**

**Der Grund für das Engagement: Übergewicht bei Kindern darf nicht als harmloser Babyspeck verniedlicht werden. Wer zu viel wiegt, kann krank werden, wie das Beispiel eines Jungen aus Leipzig zeigt. Er ist mit seinen fünf Jahren einer der weltweit jüngsten Typ 2 Diabetiker. Mit 40 Kilogramm wiegt er doppelt so viel wie seine Altersgenossen im Durchschnitt.**

Aktuelle Studien bestätigen auch in Deutschland den Trend zum Dicksein. Jedes fünfte Kind im Vorschulalter und jeder dritte Jugendliche ist bei uns zu

dick – mit weit reichenden Folgen. Aus übergewichtigen Kindern werden später nicht nur übergewichtige Erwachsene. Viele entwickeln bereits im Kindesalter Krankheiten, die bisher nur bei Senioren bekannt waren: Herz-Kreislaufstörungen, Gelenkprobleme, Bluthochdruck und vor allem Typ 2 Diabetes, eine Krankheit, die umgangssprachlich als „Altersdiabetes“ bekannt ist. Seit einigen Jahren nimmt Typ 2 Diabetes bei Kindern und Jugendlichen immer mehr zu. Nach Schätzungen haben bereits etwa zwei Prozent aller fettleibigen Kinder und Jugendlichen einen behandlungsbedürftigen Typ 2 Diabetes entwickelt.

### **Gesund Essen: Das Ampelmodell zeigt wie es geht**

Damit Kinder nicht dick werden, müssen sie sich mehr bewegen und gesund ernähren, statt mit Süßigkeiten und Chips vor dem Computer zu sitzen. Aber was bedeutet überhaupt gesunde Ernährung? Welche Nahrungsmittel sind gesund? Viele Eltern sind bei diesem Thema überfordert. Die Rotary Ernährungs-Initiative möchte hier Unterstützung bieten – und zwar für Eltern und Kinder, aber auch für Lehrer und Erzieher. Auf der Internetseite [www.gesundekids.de](http://www.gesundekids.de) und in den Informationsmaterialien (Broschüre und Poster) wird anhand des „Ampelmodells“ spielerisch aufgezeigt, wie gesunde Ernährung funktioniert: „Grüne Lebensmittel“ wie Vollkornbrot, Obst und Gemüse stehen an erster Stelle auf dem Speiseplan. „Gelbe Lebensmittel“ wie Milch, Käse und Fleisch enthalten mehr Fett und Zucker. Deshalb ist es empfehlenswert, sie nur in Maßen zu genießen. Nur selten sollten „rote Lebensmittel“ gegessen werden. Damit sind alle zuckerhaltigen Kinderprodukte, Limos, Kartoffelchips usw. zwar nicht strikt verboten, sie sollten aber nur ab und zu „genascht“ werden. Durch die Einteilung lernen Kinder, die Nahrungsmittel besser einzuschätzen und zu unterscheiden, was gesund und was weniger gesund ist. Denn „nur wer Bescheid weiß, kann sich gesund ernähren“, so der Gründer der Initiative, Prof. Dr. med. Gustav G. Belz, Governor des Rotary Distrikts 1820.



## **Startschuss für die Rotary Ernährungs-Initiative für Kinder**

Die hessische Kultusministerin Karin Wolff eröffnet am 30. September 2005 um 11 Uhr die Rotary Ernährungs-Initiative an der Friedrich-Ludwig-Jahn-Schule in Wiesbaden. Damit sind die Internetseite [www.gesundekids.de](http://www.gesundekids.de) und die Informationsmaterialien, die dort heruntergeladen werden können, zum spielerischen Lernen frei gegeben. Zusätzlich verteilt Rotary an zahlreichen Grundschulen in Hessen und Rheinland-Pfalz Materialien mit Ernährungstipps. Weitere Aktionen sind in Planung. Für die Kooperation in dieser Initiative konnte das international tätige Pharmaunternehmen Novo Nordisk gewonnen werden. Das Unternehmen gilt nicht nur als Pionier in der Insulinherstellung, sondern forscht auch an der Heilung von Diabetes. „Wir hoffen, mit unserem Engagement einen Beitrag leisten zu können, dass Kinder und Jugendliche zu gesünderer Ernährung angeregt werden“, sagte Dr. med. Markus Leyck Dieken, Diabetologe und Geschäftsführer von Novo Nordisk Deutschland.

---

circa 71 Zeilen à 75 Anschläge, Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten

### Über Rotary

Rotary ist eine 1905 gegründete internationale gemeinnützige Vereinigung engagierter Persönlichkeiten, die sich im Dienst für soziale und humanitäre Ziele besonders für Kinder und Jugendliche und die Verständigung zwischen den Völkern einsetzen. Unter anderem wurde die internationale Aktion zur Ausrottung der Kinderlähmung (Polio) von Rotary in Gang gebracht, gemeinsam mit der WHO finanziert und in Impfaktionen weltweit durchgeführt. Weitere Informationen: [www.rotary.de](http://www.rotary.de) ; [www.rotary1820.de](http://www.rotary1820.de) ; [www.rotary1860.de](http://www.rotary1860.de)

### Über Novo Nordisk

Novo Nordisk ist ein international tätiges Pharmaunternehmen mit Hauptsitz in Dänemark und rund 18.700 Mitarbeitern in 69 Ländern. Allein am deutschen Standort in Mainz sind knapp 400 Mitarbeiter beschäftigt. Novo Nordisk gilt als Pionier in der Insulinherstellung und ist heute Weltmarktführer in der Diabetes-Versorgung. Bekannt ist der Diabetes-Spezialist vor allem für seine breite Palette an Insulinen und Injektionshilfen und hält außerdem eine führende Position in den Bereichen Blutstillung, Wachstumshormone und Hormonersatz-Therapie. Für seine herausragende Unternehmenskultur wurde Novo Nordisk 2003 für den angesehenen Carl Bertelsmann-Preis nominiert. Weitere Unternehmensinformationen: [www.novonordisk.de](http://www.novonordisk.de)

### Pressekontakt

Sandra Peter  
Haas & Health Partner Public Relations GmbH  
Tel.: 06123/7057-23  
Email: [peter@haas-health.de](mailto:peter@haas-health.de)