

Mittwoch, 26. August 2009, 19.30 Uhr

Vortragsabend für Eltern im salvea – Lust auf
Gesundheit.

Raus aus der Fressfalle! Fit mit gesunder Ernährung.

Krefeld. Krefelder Kinder sind zu dick. Zu dieser Erkenntnis kommt das Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit nach einer Schuleingangsuntersuchung in NRW. Mit einem Wert zwischen 6,5 – 7,6 Prozent adipöser Kinder erreicht Krefeld den Höchstwert in Nordrhein-Westfalen. Ein schockierendes Ergebnis! Die Ursachen sind zuviel Fast Food und zuwenig Bewegung vor dem Fernseher und Computer – ein Trend, der immer schwieriger zu kontrollieren ist. Die Folgen: Isolation, Mangel an Selbstwertgefühl, psychische Schäden, Depression und Aggression. Vorprogrammiert für die Zukunft sind somit Bluthochdruck, Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankung.

„Kinder dürfen durch falsche Ernährung nicht in eine Sackgasse geraten“, fordert salvea-Ernährungsberaterin Andrea Stallmann. Denn die Gefahr sei sehr groß, sich zu

Außenseitern und Leistungsschwächeren zu entwickeln. Ein wichtiges Thema. Und darum steht frühzeitige gesunde Ernährung im Mittelpunkt des **Themenabends „Raus aus der Fressfalle! Fit mit gesunder Ernährung!“** im salvea – Lust auf Gesundheit an der Krefelder Westparkstraße.

Die erfahrene Ernährungsberaterin Andrea Stallmann gibt dabei viele einfache, praktische Tipps und Anregungen für eine abwechslungsreiche, leckere, kindgerechte Küche.

Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei.

Veranstaltungsort:

salvea - Lust auf Gesundheit
Westparkstraße 107-109
47803 Krefeld
Telefon: 02151/78117-0