



Dr. Birgit Jähnig
Chefredakteurin

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. Bereits im Juni 2011 brachte *Ernährung im Fokus* einen Titelbeitrag, der internationale Forschungsergebnisse zum präventiven Potenzial von Vitamin D und zur Notwendigkeit höherer Referenzwerte vorgestellt hat. Im Januar 2012 hat nun die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) ihre Stellungnahme sowie neue Referenzwerte für Vitamin D veröffentlicht. In dieser Ausgabe von *Ernährung im Fokus* finden Sie Informationen dazu sowie immer wieder Bezüge zu unserer Juniausgabe. Vor allem die Rubrik Diätetik bietet mit Theorie und Praxis zu Beratung und Behandlung von Osteoporose vielfältigen Anlass zu Querverweisen.

Unsere aktuellen Titelbeiträge stellen wieder einmal die Ernährungsbildung in den Mittelpunkt. Angesichts der Übergewichtsproblematik in unserer Gesellschaft bei gleichzeitig dominierendem Schlankheitsideal muss die Genussentwicklung neben dem Vermitteln von Ernährungswissen und der Kompetenz im Umgang mit Lebensmitteln schon früh beginnen. Um Eltern dafür zu sensibilisieren, ist es wichtig, dass sie Über-, aber auch Untergewicht bei ihrem Kind erkennen. Dass das nicht immer der Fall ist, zeigt der Titelbeitrag von Professorin Petra Lührmann, Ernährungswissenschaftlerin aus Schwäbisch-Gmünd.

Fachautorin Dr. Claudia Küpper stellt das Heilfasten vor, das – obwohl im Trend – keine Trenddiät im eigentlichen Sinn ist. Als Einstieg und Motivationsspritze für eine dauerhafte Ernährungsumstellung kann es jedoch durchaus dienlich sein. Professor Christoph Klotter, Ernährungspsychologe an der Hochschule Fulda, interpretiert die Bedeutung des Fastens auf gewohnt witzige Art.

Mehr zum Schmunzeln – aber durchaus mit ernstem Hintergrund – bietet Ihnen unsere Glosse. Dr. Friedhelm Mühleib, in Ernährungskreisen wohl bekannter Moderator, Fachautor und Blogger, wird uns von nun an in jeder Ausgabe scharfsinnig und pointiert auf Kurioses und Bemerkenswertes hinweisen.

Beim Lesen, Lernen und Lachen wünsche ich Ihnen wie immer viel Spaß!

Ihre

Birgit Jähnig

Ernährung 03-04 | 12

IM FOKUS

Zeitschrift für Fach-, Lehr- und Beratungskräfte

TITELTHEMEN

Claudia Plinz-Wittorf

**Ernährungsbildung im Kindergarten:
Väter und Kinder backen Pizza** 70

Heike Wolf

**Ernährungsbildung in der offenen
Jugendarbeit: Hygiene** 74

Petra Lührmann · Antje Schweter · Birte Dohnke · Lisa-Marie Bruxmeier

**Kindliches Körpergewicht in der
elterlichen Wahrnehmung** 78

HINTERGRUND & WISSEN

Lebensmittelrecht 82

Wissenschaft & Praxis 92

Neues aus der Forschung 99

Glosse 102 **NEU**
Auf den Hund gekommen

SCHULE

**Die komplexe Realität der Schul-
verpflegung** 104 **NEU**
Teil 1: Vorstellung des Forschungsprojektes

Methodik & Didaktik 108
E-Learning

BERATUNG

Trendscout Lebensmittel 111
Speisefette und Öle

Esskultur 116
Eigenwillig in Tradition und Geschmack: England

Trenddiäten 120
Heilfasten für „innere Wellness“?
Kommentar: Eiweiß- und anderes Fasten: Glaube oder Wissen?

Diätetik: Theorie & Praxis 132
Osteoporose

Bücher & Medien 145

AKTUELL

Jeden Monat neu auf www.ernaehrung-im-fokus.de

Online aktuell

- **Rezension: Ganzheitlich schlank mit Schüßler-Salzen** von Jörg Pantel
Mineralsalztherapie soll Heißhunger lindern und Fettabbau fördern
- **Das pflanzliche Süßungsmittel Stevia**
Eine Alternative für Menschen mit Diabetes?

- **Online Spezial März:** Antibiotika in der Tierhaltung
- **Online Spezial April:** Schulmensa – wir kommen!