

## Eine gesunde und vollwertige Ernährung ist der beste Start ins Leben



### Alles Gute für Ihr Kind...

Fast Food, Pizza, Chips und Cola und dazu ein Leben zwischen Fernseher und Computer - kein Wunder, dass mittlerweile jedes fünfte Kind und jeder dritte Jugendliche zu dick ist. Besonders wir Eltern, aber auch Erzieher und Lehrer in Kindergärten und Schulen sollen dem Nachwuchs ein gesundes Essverhalten lehren. Denn wenn unser Nachwuchs immer weniger natürlich-gesunde Nahrung bekommt, schlägt sich dies nicht nur in Übergewicht, sondern auch in einer erhöhten Anfälligkeit für Krankheiten, vermehrter Unaufmerksamkeit und Zappeligkeit nieder. Schon heute werden ein Drittel der Gesamtkosten im Gesundheitswesen durch Krankheiten verursacht, die ernährungsbedingt sind.

Der Kern des Problems: In vielen Haushalten mit Kindern ist es fast unmöglich, täglich frisch gekochte vollwertige Biokost auf den Tisch zu bringen! Das Ganze scheitert nicht nur am Etat, sondern vor allem an der Zeit. Welche berufstätige Mutter, die in der Stadt lebt, hat heute noch Zeit, regelmäßig direkt beim Biobauern einzukaufen und ihren Lieben täglich frisch die gesündesten Sachen auf den Tisch zu bringen? Mal ganz abgesehen davon, dass unser Obst und Gemüse auch nicht mehr das ist, was es einmal war und häufig nur noch einen Bruchteil der Vitamine und Mineralstoffe aufweist wie noch vor 20 Jahren... Und selbst wenn Sie gesunde und vitaminreiche Zutaten auf den Tisch bringen - isst Ihr Nachwuchs nicht vielliebet Nudeln aus der Tüte, Würstchen aus der Dose oder Pizza aus dem Tiefkühlregal?

Der Geschmackssinn unserer Kleinsten wird schon in allerfrüher Kindheit auf Industrie getrimmt. Aktuelle Untersuchungsergebnisse zeigen, dass Kinder, die mit Säuglingsnahrung große-

zogen wurden, künstliche Aromastoffe den natürlichen vorziehen. Und auch wir Erwachsenen können nur noch schwer unterscheiden zwischen Natur und Labor: In einer Studie wurden Testes jeweils zwei Varianten von Gerichten vorgelegt, von denen die eine mit natürlichen Zutaten wie Kräutern und Biogemüse und die andere mit Fertigsaucen und Geschmacksverstärkern zubereitet wurde. Mehr als zwei Dritteln der Tester schmeckten die quasi im Labor zubereiteten Gerichte besser!

Natürlich wissen wir alle, wie wichtig eine gesunde und vollwertige Ernährung mit Vitalstoffen, Vitaminen und Mineralien gerade für Kinder und Heranwachsende ist. Die Frage ist nur, wie schaffen wir es im täglichen Leben, dass unser Nachwuchs diese auch wirklich zu sich nimmt? Eine mögliche Lösung für dieses Problem können sicher natürliche Nahrungsergänzungen sein, mit denen man schnell und einfach die tägliche Kost aufwerten kann. Hersteller wie BLUEGREEN haben rein pflanzliche Nahrungsmittel entwickelt, die den kindlichen Organismus mit genau den Vitalstoffen versorgen, die er

braucht, um gesund heranzuwachsen. Kids.Plus2 enthält neben den nährstoffreichen Bluegreen-Algen pulverisierten Saft aus Kamut- und



Gerstengrassprossen, Alfalfa, Probiotics, 77 hochverwertbare Mineralien aus fossilen Pflanzen und mit Phycoplus ein konzentriertes Extrakt aus Blaugrünen Uralgen, das die besonders in der Entwicklungsphase wichtigen Bausteine Phytocyanin, Phenylethylamin und Polysaccharide in verstärktem Maße zur Verfügung stellt. Die Bestandteile werden zu kleinen, auch für Kinder leicht verzehrbaren Presslingen verarbeitet und einfach vor den Mahlzeiten gegessen. Dabei reichen in der Regel 2 - 4 Presslinge täglich, um Kinder und Jugendliche mit allem zu versorgen, was Körper und Geist brauchen, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Die für Kids.Plus geernteten Bluegreen-Algen stammen übrigens ausschließlich aus kontrolliert biologischer Ernte (Wildwuchs) aus dem Klamath Lake in Oregon, USA, und wachsen dort wild in zertifizierter Bioqualität in fast unberührter Natur. Sie werden umweltfreundlich geerntet und direkt danach in einem optimierten Lufttrocknungsverfahren schonend getrocknet. Jede Erntecharge wird regelmäßig in unabhängigen Labors auf Rückstände oder Schadstoffe kontrolliert. Die Bluegreen-Algen entspricht allen gesetzlichen und gesundheitlichen Bestimmungen.

Mehr Infos zu Studien/Projekten über die Rolle der Ernährung bei Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen sowie zu weiteren Produkten gibt es bei der BWEGREEN GmbH  
Kostenlose Hotline:

0800-BLUEGREEN(0800-258347336) oder im Netz unter [www.bluegreen.de](http://www.bluegreen.de)

#### Literatur:

- *Blaugrüne Algen - Supernahrung für Körper und Geist* von Christian Salvesen, Verlag Fit fürs Leben, ISBN 3-89881-525-0
- *ADHD - Aufmerksamkeitsstörung und Hyperaktivität bei Kindern und Erwachsenen* von Prof. Karl J. Abrams und Hans Ludwig, A V- Publication, ISBN 3-950 1341-0-7