

MELDUNG

Neues Update der beliebten App Baby & Essen



Seit fast 4 Jahren können junge Eltern die App Baby & Essen nutzen. Nun steht ein weiteres Update des Elternratgebers zur Verfügung. Die App ist technisch und inhaltlich aktualisiert und bietet die neuesten Empfehlungen zur Ernährung des Säuglings und der stillenden Mutter. Eine Evaluation der App hat dazu beigetragen, die Nutzung der App zu vereinfachen und Funktionen, wie Brei-Kalkulator oder Papa-Modus zu optimieren. Zusätzlich bietet die App jetzt eine

Tagebuch-Funktion an.

Praktisch, wissenschaftlich fundiert und ohne Werbung

Die App ist ein interaktiver Begleiter durch das aufregende 1. Lebensjahr. Sie bietet Eltern Informationen und praktische Unterstützung vom Stillen, über die Flaschenmilch und die Beikost bis zum Familienessen. Auch die Ernährung der stillenden Mutter und die wichtige Rolle des Vaters werden erklärt. Die App basiert auf den bundesweit einheitlichen und wissenschaftlich fundierten Empfehlungen zur Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter des Netzwerks Gesund ins Leben.

Neue Funktionen: Tagebuch schreiben und Rezepte teilen

Im 1. Lebensjahr, wenn mit dem ersten Kind der gewohnte Alltag Kopf steht, spielen die Gefühle der Eltern manchmal Achterbahn. Da tut es gut, sie zu sortieren und festzuhalten. Mit der neuen Tagebuch-Funktion der App können Eltern ihre Erinnerungen an besondere Momente – auch in Form von Fotos – festhalten. Wer möchte, kann sich auch regelmäßig erinnern lassen, Tagebuch zu schreiben.

Ob mit Fleisch, Fisch oder vegetarisch: Mit dem Brei-Kalkulator können Eltern Rezepte erstellen und jetzt auch speichern und teilen. Sollen die Großeltern mal den Brei kochen, erhalten sie das passende Rezept für den Mittagsbrei bequem aufs Handy. Größere Mengen lassen sich ebenfalls berechnen. So kann der Brei vorgekocht und portionsweise eingefroren werden. Das spart Zeit und Nerven.

Im Papa-Modus spricht die App gezielt Väter an

Der Papa-Modus macht die App für Männer noch interessanter. Zusätzliche Informationen und ansprechende Bilder zeigen, wie Väter die stillende Partnerin unterstützen können, oder machen Mut, mit dem Baby alleine Zeit zu verbringen.

Kostenlos für iOS und Android

Die App Baby & Essen ist kostenlos für iOS und Android erhältlich und ist auch für Tablets geeignet. Bereits installierte Apps aktualisieren sich je nach Einstellung automatisch.



Scannen Sie den Code ein und Sie gelangen direkt zum passenden App-Anbieter für Ihr Gerät.

Die Links zu den passenden Stores finden Sie auch unter www.gesund-ins-leben.de/app.

App-Trilogie für Eltern

Die Kooperationspartner Kompetenzzentrum für Ernährung (Kern), Netzwerk Gesund ins Leben und Stiftung Kindergesundheit haben je eine App zur Ernährung in der Schwangerschaft, im 1. Lebensjahr und im Kleinkindalter entwickelt. Die drei Apps „Schwanger & Essen“, „Baby & Essen“ und „Kind & Essen“ begleiten Eltern von der Zeit vor der Geburt bis zum 3. Lebensjahr ihres Kindes. Infos unter www.familie-gesund-ernaehrt.de

Abdruck honorarfrei. Belegexemplar erbeten.

Weitere Informationen

Über Gesund ins Leben

Gesund ins Leben ist ein Netzwerk von Institutionen, Fachgesellschaften und Verbänden, die sich mit jungen Familien befassen. Das Ziel ist, Eltern einheitliche Botschaften zur Ernährung und Bewegung zu vermitteln, damit sie und ihre Kinder gesund leben und aufwachsen. Das Netzwerk Gesund ins Leben ist angesiedelt im Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) und Teil des nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“. Weitere Informationen unter: www.gesund-ins-leben.de

Kontakt

Britta Klein
Netzwerk Gesund ins Leben

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)
in der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
Telefon: +49 (0) 228 6845-5178
E-Mail: Britta.Klein@ble.de
Internet: www.gesund-ins-leben.de www.bzfe.de

Eine Einrichtung im Geschäftsbereich des



Das Netzwerk Gesund ins Leben ist Teil der Initiative IN FORM und angesiedelt im Bundeszentrum für Ernährung (BZfE).