

# Die Nährstoffis setzen auf Bildung und Begeisterung

Kinder sind neugierig, Kinder sind klug, Kinder möchten wissen, möchten mitbestimmen, was Teil von ihnen wird. Doch statt sie bereits früh ins Staunen, in die Begeisterung für die kleinen großen Wunder unserer Ernährung zu bringen, ist alles, was wir oft tun (können), „Das Ungesunde“ zu verbieten. Ohne Erklärung oder Raum dafür, sich mit diesem ominösen Wörtchen auseinanderzusetzen. Warum? Weil wir oft selbst keine andere Lösung kennen. Weil uns die Worte, die Bilder und vor allem auch die Zeit dafür fehlen, um mit unseren Kindern in den Austausch darüber zu gehen. Das große Problem: Während wir oft die Chance verpassen, Kinder für gesunde Ernährung zu begeistern, haben viele große Firmen und Industrien es perfektioniert, Kinder für sich und ihre hoch verarbeiteten, ab gewisser Dosis schädlichen, Lebensmittel zu gewinnen: Mit Glitzer, Plastikrascheln, Superheld\*innen und allem, was Kinder magisch anzieht und interessiert.

Als Maren Bucec uns also 2020 von ihrer Vision erzählte, natürlichen Lebensmitteln eine Stimme zu geben bzw. deren Superkräfte genauso zu promoten, wie es beispielsweise die Süßwarenindustrie tut – da waren wir sofort Feuer und Flamme.

Was wäre, wenn man Kinder mit kindgerecht aufbereitetem Wissen davon zu überzeugen könnte, sich nicht mehr austricksen zu lassen? Wenn es möglich wäre, dem ominösen Wörtchen „gesund“ ein neues, magisches Image zu geben? Und zwar eines, das auf verletzende Inhalte und Bilder verzichtet und sichtbar macht, wie unterschiedlich „Gesundheit“ aussehen kann? Ja, dieser Mission würden wir uns anschließen. Und das haben wir dann auch, begeistert davon, etwas Sinnvolles erschaffen zu dürfen, anstatt einfach nur in der Beschwerdedeposition zu verharren.

Danke Maren, dass Du uns auf diese Reise mitgenommen hast. Und danke an all die begeisterten Nährstoffi-Fans da draußen.

**Carmen Eder**

Co-Autorin  
und Texterin



Foto © privat

**Maxi Alker**

Illustratorin



Foto © Marc Arnulf