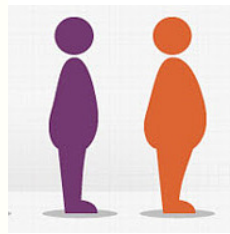


OKKIO AUF DIE ERGEBNISSE 2016

SÜDTIROL

Wie viele Kinder sind übergewichtig?

Eine ausgewogene Ernährung hilft das Gedächtnis aktiv und das richtige Körpergewicht zu halten.



1 von 6 Kindern

Wie viele Kinder essen ein gesundes Frühstück?



3 von 5 Kindern

Mit einem gesunden Frühstück in den Tag starten: eine Tasse Milch mit 3-4 Keksen oder Müsli und Obst.

Wie viele Kinder bewegen sich ausreichend?

Pro Tag mindestens 1 Stunde körperliche Aktivität, Bewegungsspiele oder Sport.



9 von 10 Kindern

Wie viele Kinder essen eine gesunde Zwischenmahlzeit?

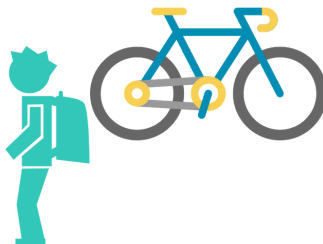


2 von 5 Kindern

Für eine gesunde Jause am Vormittag reichen ein Joghurt, eine Frucht oder ein kleines belegtes Brot.

Wie viele Kinder gehen zu Fuß oder fahren mit dem Fahrrad zur Schule?

Wenn möglich zu Fuß oder mit dem Fahrrad zur Schule kommen.



3 von 5 Kindern

Wie viele Kinder essen mindestens einmal am Tag Obst und Gemüse?



4 von 5 Kindern

Süß und bunt das Obst, frisch und schmackhaft das Gemüse. Iss 5-mal am Tag davon.

Wie viele Kinder verbringen mehr als zwei Stunden mit TV, Videospielen, PC oder Smartphone?

Nicht mehr als 2 Stunden pro Tag Fernsehen, Videospiele spielen und den PC oder das Smartphone benutzen.



1 von 5 Kindern

Wie viele Kinder trinken mindestens zweimal täglich gesüßte oder kohlenensäurehaltige Getränke?



2 von 5 Kindern

Wenn du durstig bist, trink Wasser. Die Getränke sind süß und weniger durststillend.



Ministero della Salute



Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e della Ricerca



guadagnare
salute
rendere facili le scelte salutari

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Gesundheitswesen
Epidemiologische Beobachtungsstelle



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Sanità
Osservatorio Epidemiologico