

## **Besser naschen mit [www.clever-naschen.de](http://www.clever-naschen.de)**

### **Verantwortungsvoller Umgang mit Süßwaren auf einen Click**

Bereits seit Anfang April 2007 ist die Mars Elternplattform [www.clever-naschen.de](http://www.clever-naschen.de) online. Die Website bildet einen wichtigen Baustein der Verbraucherinformation und bietet insbesondere Eltern Informationen und Orientierung rund um den verantwortungsvollen Umgang mit Süßwaren, integriert in einen aktiven Lebensstil. Unabhängige Experten – Pädagogen, Psychologen, Ernährungsexperten und Mediziner – haben dazu Fachwissen zur Verfügung gestellt und geben Tipps aus dem Beratungsalltag.

### **Snack-Check**

Familien können mit interaktiven Tools wie dem „Snack-Check“ das Naschprofil ihrer Kinder testen und erhalten individuelle Tipps für das Süßigkeitenmanagement zu Hause. Darüber hinaus finden Verbraucher auf der Website weitreichende Informationen zu den Nährwerten und Zutaten von Mars Produkten. Diese werden zusammen mit den Empfehlungen des Dortmunder Instituts für Kinderernährung (FKE) dargelegt – Eltern finden konkrete Empfehlungen zu Naschmengen für Kinder verschiedener Altersgruppen.

### **Tipps für den Familienalltag**

[www.clever-naschen.de](http://www.clever-naschen.de) ist das Angebot an Eltern, sich neben Tipps von Experten wie Medizinern und Psychologen auch Rat von anderen Familien zu holen. Hier erzählen Mütter und Väter, wie sie zu Hause mit den Themen Genuss und Gesundheit umgehen. Und: In ihrer Kolumne schreibt Gaby Fußel, selbst Mutter von zwei Kindern, über die alltäglichen Herausforderungen in ihrem Familienalltag – und greift dabei aktuelle Ernährungsthemen auf. Entstanden ist die Website unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Joachim Westenhöfer, Professor für Ernährungs- und Gesundheitspsychologie an der Universität Hamburg. Seine wissenschaftlichen Schwerpunkte liegen auf den Forschungsgebieten der Entstehung und Therapie von Adipositas und Essstörungen.

## **Clever naschen - auch auf türkisch**

Als besonderen Service gibt es seit Juni 2009 die Inhalte von [www.clever-naschen.de](http://www.clever-naschen.de) auch auf türkisch. Wer [www.akillica-tatli-yemenin-sirlari.de](http://www.akillica-tatli-yemenin-sirlari.de) eingibt, landet direkt auf der türkischen Unterseite. Mit nur wenigen Klicks findet man hier viele Bewegungstipps und Ideen für eine spontane sportliche Familienaktion sowie Informationen zum verantwortungsvollen Umgang mit Süßigkeiten. Und Eltern können das Naschprofil ihrer Kinder jetzt auch mit der türkischsprachigen Version des „Snack Check“ testen.