



## Weihnachten steht ganz im Zeichen von MINI - dem kleinen Apfel!

Mini, der kleine Apfel ist mittlerweile schon zum Botschafter für eine neue Bewegung in Sachen Gesundheit geworden. Mit „vitaminreichen“ Liedern, witzigen Kommentaren von „MINI - dem kleinen Apfel“ werden unserer Kinder zu einem gesünderen und ausgewogeneren Lebensstil motiviert.

Die MINI-CD „MINI's ultimative Apfelparty“ und neu die MINI-CD/DVD „MINI bewegt“ - ein

vitaminreicher Ohrenschaus und Spaß - eine Apfelparty unter dem Weihnachtsbaum für die Familie! Mehr zu "MINI - der kleine Apfel" sowie die Hörproben zur CD unter [www.frisch-saftig-steirisch.at](http://www.frisch-saftig-steirisch.at) oder [www.minibewegt.at](http://www.minibewegt.at)

Zum Bestellen/Kaufen unter [www.frisch-saftig-steirisch.at](http://www.frisch-saftig-steirisch.at)



## Zu kurze Kinderschuhe



**P**assen Kinderschuhe? Dieser Frage ging ein österreichisches Forschungsteam nach und führte in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Liechtenstein 42 Kinderfuß-Messtage durch.

Das Resultat: Durchschnittlich tragen mehr als die Hälfte der Kinder zu kurze Schuhe. Passende Schuhe sollten den Zehen 12-17 mm Spielraum bieten. Bereits in Voruntersuchungen wurde nachge-

### Jedes zweite Kind trägt zu kurze Schuhe

wiesen, dass die Schuhgrößen-Auszeichnung selten korrekt ist. Bislang wurden bei 4.181 Kindern Füße und Innenlängen der Schuhe nachgemessen. Durchschnittlich jedes zweite Kind trägt zu kurze Schuhe. Der überwiegende Teil der

untersuchten Schuhe - knapp 85% - war viel zu kurz. Abweichungen bis zu 4 Größen (1 EU Größe: 6,67 mm) traten auf. Bereits 2007 konnte das Forschungsteam um Dr. Kinz in einer Studie nachweisen, dass Kinder im Alter von 6-10 Jahren die Passform von Kinderschuhen nicht beurteilen können. Kinder bezeichnen zu kurze Schuhe meistens als „passend“.

Fußforscher Dr. Wieland Kinz, auf die Frage, wie die Schuhanbieter seine Arbeit sehen: „Zuerst sind fast alle auf die Barrikaden gegangen und haben gemeint, das sei alles Quatsch und die Innenlängen der Kinderschuhe korrekt. Ein paar haben aber auch eine Chance gesehen: Jello in Österreich hat eigene Mess-Stationen für Kinderfüße und -schuhe entwickelt. Dort können nun Kunden, aber auch die



Angestellten von Jello, die Füße und die Innenlänge von Schuhen messen.“

### Was Wissenschaftler beim Schuhkauf empfehlen

Die Wissenschaftler empfehlen beim Schuhkauf immer die Füße und die Innenlänge der Kinderschuhe zu messen (Mess-Schieber, Papp-Schablone).

Ein Info-Folder ist unter [www.kinderfuesse.com](http://www.kinderfuesse.com) kostenlos als Download erhältlich.

Unser Buchtipp dazu: Dr. Wieland Kinz, **Kinderfüße-Kinderschuhe**.

Alles Wissenswerte rund um kleine Füße und Schuhe, 3. Auflage 2005, 54 Seiten, ISBN 3-00-005879-6, Preis: EURO 9,50 (exkl. Versand)



GALA. DER GESUNDE APFEL NUR FÜR KINDER



OPST - Obst Partner Steiermark GmbH,  
Telefon: 03112/36 414-0  
[www.frisch-saftig-steirisch.at](http://www.frisch-saftig-steirisch.at)

## Gesundheit kann so köstlich sein!

Der „frisch saftig-steirisch“ Apfel gibt uns alles was wir brauchen und ist die Gesundheitsoffensive aus der Natur der Steiermark. Der Kohlenhydratgehalt der Äpfel - es handelt sich vorwiegend um Fruchtzucker - liegt je nach Sorte, Reifegrad und Lagerung zwischen 9% und 15%. Von besonderer Bedeutung sind auch die im Apfel enthaltenen Ballaststoffe, Pektin beispielsweise, das im Apfel besonders reichlich enthalten ist, ergänzt das Ballaststoffangebot anderer Nahrungsmittel wie Vollkornbrot und Gemüse

auf ideale Weise. Es ist mittlerweile unumstritten, dass sich eine ausgewogene Ernährung von Kindesbeinen bis ins hohe Alter positiv auf unsere Gesundheit und somit auf unser Wohlbefinden auswirkt. Erfahrung, viel Sorgfalt und Handarbeit sorgen bereits vor der Ernte dafür, dass diese Äpfel immer höchste Qualität halten. Alle Apfelproduzenten der OPST Obst Partner Steiermark GmbH produzieren ausschließlich nach den Regeln der integrierten Produktion, um den Obstbau, den Menschen und die Umwelt in einem

Gleichgewicht zu halten. Bei „frisch saftig-steirisch“ Äpfeln hat die Familie wahrlich die Qual der Wahl, denn das Sortenangebot ist groß und vielfältig. Derzeit teilen sich 27% Golden Delicious, 12% Idared, 19% Gala, 14% Jonagold, 9% Braburn, 7% Elstar, 2% Kronprinz Rudolf, 1% Fuji und 9% andere Sorten den Markt.

Mit dem kleineren Qualitätsapfel der Sorte „Gala“ möchte die OPST Obst Partner Steiermark GmbH ihren Beitrag zur gesunden Ernährung leisten. MINI, ganz alleine „nur“ für Kinder.