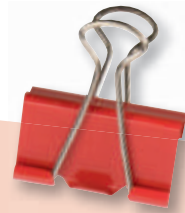


# Der Brei-Kalkulator



**Reif für Brei?**-- Vom Stillen über die Beikost bis zum Familiessen – die kostenlose App „Baby & Essen“ des Netzwerks Gesund ins Leben beantwortet alle Fragen zur Ernährung im 1. Lebensjahr. Highlight der App ist der Brei-Kalkulator. Er sorgt für den nötigen Spaß und wird zudem als echter Mehrwert gegen-

über anderen Informationsangeboten zur Beikost empfunden: Das ist ein Ergebnis eines Praxistests, der zwei Jahre nach dem Launch der App kürzlich durchgeführt wurde. Mit dem Brei-Kalkulator können Eltern Abwechslung in den Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei bringen: dazu einfach Zutaten auswäh-

len, die gewünschte Portionszahl einstellen, und schon bekommt man das Rezept, mit dem direkt für mehrere Tage vorgekocht werden kann. Auch ein vegetarischer Mittagsbrei kann mit dem Kalkulator erstellt werden. Wer nicht selbst kochen will, erfährt, worauf beim Kauf von Fertigbreien zu achten ist. Die App basiert auf den bundesweit einheitlichen und wissenschaftlich fundierten Empfehlungen zur Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter von Gesund ins Leben. Diese Empfehlungen gelten für gesunde, reif geborene Säuglinge



**ANGEKLIKT//  
INTERESSANTES UND  
SPANNENDES AUS DEM  
WORLD WIDE WEB**

© wundervisuals / Getty Images / iStock

## NETZFUNDSTÜCK



**Contour® Diabetes App** Ab sofort ist eine neue Version der Contour Diabetes App (1.4) auf dem Markt. Sie ist erhältlich für iOS (ab 8.0) und Android (ab 5.0) im App Store und im Google Play Store. Diabetiker können mit der Version 1.4 einen vollständigen Blutzuckertagebuchbericht inklusive Blutzuckerwerten, Insulinein-

heiten, Kohlenhydraten und Aktivitäten als PDF-Datei erstellen, abspeichern und für ihren nächsten Arzttermin ausdrucken oder direkt per E-Mail an ihren Arzt versenden. Die erweiterte Version der App erleichtert das Diabetes-Management im Alltag von betroffenen Menschen. Die Contour Diabetes App ist eine von wenigen CE-zertifizierten Gesundheits-Apps und damit offiziell ein Medizinprodukt.



[www.facebook.com/DasPTAMagazin](http://www.facebook.com/DasPTAMagazin)

- ▶ aktuell
- ▶ informativ
- ▶ unterhaltsam



**D A S P T A M A G A Z I N**