

Kita-Seminare
Gesundheit & Selbstfürsorge

Gesund und lecker

Essen und Trinken in Kindertageseinrichtungen

Mo, 31.05., 10:00 Uhr - Di, 01.06.2021, 15:00 Uhr

Belegungscode: 38821

Modul 2 der Zertifikatsreihe: "Gesund von Anfang an - gelungene Gesundheitsförderung im Kita Alltag" - Belegungscode 38819

(Das Modul kann auch einzeln gebucht werden!)

Eine gesunde körperliche und seelische Entwicklung ist die Voraussetzung für eine gute Zukunft der Kinder. Wichtige Grundlage ist die richtige Ernährung. Qualitativ hochwertige Lebensmittel leisten einen entscheidenden Beitrag dazu. Neben Vorbildern zu Hause prägen auch Kindertageseinrichtungen, Medien und Freunde das Essverhalten von Kindern.

Gesunde Ernährung muss für Kindern vor allem eins: lecker schmecken. Deshalb ist es wichtig, dass wir den Kindern vermitteln, gesunde Lebensmittel können auch lecker schmecken.

Dabei macht es den Kindern besonders viel Spaß, wenn sie in die Zubereitung der Lebensmittel eingebunden werden.

Diese Fortbildung ist für alle, die Kindern einen Zugang zu gesunder Ernährung vermitteln möchten. Ernährungserziehung für Kinder ist ganzheitlich orientiert und verbindet Wissen mit Einfühlungsvermögen und Kreativität. Sie sind hier richtig, wenn Sie Spaß haben an der spielerischen Vermittlung von Ernährungswissen. Sie bieten Kindern die Möglichkeit, schmackhaftes und gesundes Essen für sich zu entdecken und können Kinder für gesunde Ernährung motivieren.

Inhalte der Fortbildung

- Wie ernähren sich unsere Kinder?
- Empfehlungen für die Ernährung von Kindern
- Welche Mengen brauchen Kinder?
- Mahlzeiten - wann gibt's etwas zu essen?
- Checkliste zur Beurteilung und Erstellung eines Speiseplans
- Kochen mit Kindern
- Projekte für leckere und gesunde Ernährung in Kindertageseinrichtungen

In einer Praxisphase werden wir im Seminar Umsetzungsbeispiele für den Kita-Alltag ausprobieren.

Zielgruppe

Erzieher*innen, Mitarbeiter*innen aus Familienzentren und andere (sozial-)pädagogische Fachkräfte, die sich für qualitätsorientierte Konzeptentwicklung im Bereich der Gesundheitsförderung in ihren Einrichtungen einsetzen.

Alle Termine und Themen der Zertifikatsreihe "Gesund von Anfang an - gelungene Gesundheitsförderung im Kita Alltag":

Modul 1: 05.-06.05.2021: Komm, beweg dich! - Bewegung in der Kindertageseinrichtung

Modul 2: 31.05.-01.06.2021: Gesund und lecker - Essen und Trinken in Kindertageseinrichtungen

Modul 3: 02.-03.11.2021: Ruhe tut gut - Entspannung in der Kindertageseinrichtung

Wollen Sie erst nach dem Seminar entscheiden, ob Sie weiter an der Reihe teilnehmen, empfehlen wir eine Platzreservierung für die Reihe (Belegungscode 38819).

Material:

Eine Schürze, ein Frühstücksbrettchen, ein kleines Schneidemesser, eine Brotdose. Für Lebensmittel und Verbrauchsmaterial wird eine Umlage von ca. 6 € erhoben.

Seminarleitung / Dozentinnen bzw. Dozenten:

Britta Bartoldus

Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Präventionstrainerin, Entspannungspädagogin, Fachkraft für Psychomotorik, Ernährungsberaterin



Teilnahmebeitrag

220,00€ für das Seminar inkl. Tagungsverpflegung.

280,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Doppelzimmer Komfort.

295,00€ für das Seminar inkl. Vollpension und Übernachtung im Einzelzimmer Komfort.

Für diese Fortbildung können Sie einen [Bildungsscheck](#) beantragen.

Jetzt anmelden
