

VON POMMES BIS BROKKOLI

Wie Jugendhilfeeinrichtungen Kinder und Jugendliche gesund stärken

Haben Sie das Gefühl, dass die Einkaufsliste Ihrer Wohngruppe immer gleich aussieht, egal wer bei Ihnen wohnt? Dieses Seminar hilft Ihnen, frischen Wind in die Küche zu bringen!

Erfahren Sie, worauf es bei der Ernährung von Kindern und Jugendlichen ankommt. Kleine Änderungen bei den Einkäufen können schon viel bewirken. Gemeinsam schauen wir, wie Sie „gesündere“ Produkte finden und dabei Nährwertkennzeichnungen, Mindesthaltbarkeitsdatum und andere Hinweise richtig nutzen.

Anhand von Beispielen und Anschauungsmaterial lernen Sie, Produktetiketten zu verstehen und kluge Entscheidungen beim Einkauf zu treffen. So wird aus Pommes und Pizza auch mal Brokkoli und Co.!

Zielgruppe

Pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkräfte in stationären und teilstationären Jugendhilfeeinrichtungen

Inhalte

- Ernährungsgrundlagen für Kinder und Jugendliche
- Abwechslung statt Routine: Einkaufslisten optimieren
- Gesundere Produkte erkennen und auswählen

Methoden

Vortrag, Erfahrungsaustausch

Hinweise

Nutzen Sie bei Bedarf zur Vorbereitung unsere [Hinweise zu den technischen Voraussetzungen \(PDF\)](#) sowie nützliche [Tipps rund um die gelungene Teilnahme \(PDF\)](#) an einem Online-Seminar bzw. die [barrierearme Version der Infoblätter \(PDF\)](#).

Dozent*in:

[Anja Schindhelm](#)

(Dipl.-Gesundheitswirtin (FH), UGB-Gesundheitstrainerin Ernährung)

Kosten:

85 EUR

Mitglieder: 60 EUR

Seminar-Nr:

F-KJF 25-05-15

Anmeldung bis:

08.05.2025

Datum/Uhrzeit	Ort	Anmeldung
15.05.2025	Online	
13:00 - 15:00 Uhr	Online	anmelden