

Mahlzeiten sind Bildungszeiten

Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme (Vertiefungsveranstaltung gemäß PräV O)

Gemeinsame Mahlzeiten bieten, neben der Essensaufnahme, zahlreiche Möglichkeiten, Bildungsprozesse in Gang zu setzen. Richtig angeboten, kann Ernährungsbildung viele Bildungsbereiche abdecken:

- Wissen über ausgewogene Ernährung, Herkunft und Umgang mit Lebensmitteln;
- Wahrnehmen des Körpers über alle Sinne;
- Schulung der motorischen Fähigkeiten;
- mathematische Grunderfahrungen und Mengenverständnis;
- Erweiterung der sprachlichen und sozialen Kompetenzen;
- Kennenlernen kultureller Unterschiede sowie
- Partizipation.

Ziel des Seminars ist es, den Blick über den Tellerrand zu lenken und unter dem Bildungsaspekt praktische Orientierungshilfen für die Gestaltung der Mahlzeiten und rund ums Essen zu geben.

Zusätzlich werden wir uns mit der Frage auseinandersetzen, wie wir angemessen auf Kinder reagieren, die das Essen verweigern. Wie ist ein achtsamer Umgang möglich? Wie können Regeln aussehen unter der Prämisse, dass kein Kind zum Essen gezwungen werden kann?

Nummer

24725-082

Datum

13.10.2025

14.10.2025

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

CaritasCampus
Prälat-Boskamp-Haus, Raum 11 (1. OG)
Georgstraße 18
50676 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Rita Viertel
Erzieherin
Gesundheitspädagogin
Ernährungsberaterin

Teilnehmende (max.)

15

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

210.00 €

Normaler Preis für Externe

260.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.10

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

16