

Weiterbildung

HOLANGEBOT

«VOM BANANENBREI ZUM KEBAB»



Während zwei Stunden wird den Teilnehmenden die Wichtigkeit von ausgewogener und lustvoller Ernährung für Kinder und Jugendliche aufgezeigt. Es wird Ernährungswissen vermittelt, aber auch über das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen diskutiert. Die Teilnehmenden erhalten das nötige Rüstzeug, damit sie Kinder und Jugendliche für ausgewogene Mahlzeiten begeistern können.

In Kombination mit dem Referatsteil wird in Workshop-Form gearbeitet und ausgetauscht. Abschliessend erhalten die Teilnehmenden Unterlagen mit wichtigen Infos über Ernährung von Jugendlichen und Kindern.

Inhalt	<p>Die Teilnehmenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • kennen die wichtigsten Grundsätze der ausgewogenen und lustvollen Ernährung für Kinder und Jugendliche. • verstehen die unterschiedlichen Essgewohnheiten von Kindern und Jugendlichen und wissen, wie sie damit umgehen können. • kennen „gluschtige“ und trendige Möglichkeiten, wie sie Kindern und Jugendlichen eine ideale und ausgewogene Ernährung anbieten können. • setzen sich konkret mit der persönlichen Situation im Umgang mit der Verpflegung von Kindern und Jugendlichen auseinander und entwickeln Ideen, welche sie im eigenen Umfeld umsetzen können.
Kursleitung	Madeleine Studer, Fachlehrperson Ernährung und Hauswirtschaft, Erwachsenenbildnerin, BBZN Schüpfheim
Zielpublikum	Eltern und Betreuungspersonen von schulpflichtigen Kindern und Jugendlichen (1./2./3. Zyklus) aus dem Kanton Luzern
Kursnr.	9A
Kursort	BBZ Natur und Ernährung Sursee, Centralstrasse 21, 6210 Sursee oder nach Vereinbarung
Datum/Zeit	nach Vereinbarung, ca. 2 Stunden
Anzahl TN	8 bis max. 20 Teilnehmende
Kosten	Pauschal CHF 150.-
Anmeldung	<p>BBZ Natur und Ernährung Schüpfheim, Tel. 041 485 88 00 oder landwirtschaft-schuepfheim.bbzn@edulu.ch. Bitte Name, Vorname, Adresse, Mail, Telefon, Schule/Schulhaus und Gemeinde angeben. Nach Eingang der Anmeldung werden Sie für die Planung kontaktiert.</p>

Ein Angebot des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung» - fi.lu.ch.
 Mit Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz