

# Weiterbildung

## HOLANGEBOT

### «DAS ESSVERHALTEN VON KINDERN UND JUGENDLICHEN»



Kindern und Jugendlichen zu erklären, was gesund ist und was nicht, führt selten bis nie zum gewünschten Resultat. Doch wie können wir Kinder und Jugendliche auf dem Weg zu einem ausgewogenen und abwechslungsreichen Essverhalten unterstützen? Der Weg beginnt bereits vor der Geburt und lässt sich auch später noch nachhaltig prägen. Welche Faktoren dabei eine Rolle spielen und welche Rahmenbedingungen deshalb sinnvoll sind, wollen wir an diesem Anlass gemeinsam beleuchten.

#### Inhalt

- Was ist bekannt über die Entwicklung des kindlichen Essverhaltens?
- Welche Faktoren spielen bei der Entwicklung des Essverhaltens eine zentrale Rolle?
- Wie können wir das Essverhalten von Kindern positiv beeinflussen und wodurch lösen wir womöglich negative Verhaltensmuster aus?
- Wie kann dieses Wissen im Alltag mit Kindern umgesetzt werden?
- Wie können Sie herausfordernde Essenssituationen aus Ihrem Alltag mit Kindern und Jugendlichen positiv beeinflussen?

<b>Kursleitung</b>	Sue Schupp BSc, Ernährungsberaterin SVDE
<b>Zielpublikum</b>	Eltern und Betreuungspersonen von schulpflichtigen Kindern und Jugendlichen (1./2./3. Zyklus) aus dem Kanton Luzern
<b>Kursnr.</b>	Holangebot 1_DVS
<b>Kursort</b>	BBZ Natur und Ernährung Sursee, Centralstrasse 21, 6210 Sursee oder nach Vereinbarung
<b>Datum/Zeit</b>	nach Vereinbarung, ca. 2 Stunden
<b>Anzahl TN</b>	10 bis max. 30 Teilnehmende
<b>Kosten</b>	Pauschal CHF 150.-
<b>Anmeldung</b>	an BBZ Natur und Ernährung Schüpfheim, Tel. 041 485 88 00 oder <a href="mailto:landwirtschaft-schuepfheim.bbzn@edulu.ch">landwirtschaft-schuepfheim.bbzn@edulu.ch</a> . Bitte <b>Name, Vorname, Adresse, Mail, Telefon, Schule/Schulhaus und Gemeinde</b> angeben. Nach Eingang der Anmeldung werden Sie für die Planung kontaktiert.

Ein Angebot des Luzerner Aktionsprogramms «Ernährung und Bewegung» - [fi.lu.ch](http://fi.lu.ch).  
Mit Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz