

„Die Jausenwerkstatt“

Elternabend zum Thema Ernährung



gesunder
KINDER
GARTEN

ÖGK

Styria
vitalis
Gesundheit für die Steiermark

bvaeb

Informationen zum Elternabend

Im Rahmen des Elternabends werden gemeinsam mit einer Ernährungsexpertin folgende Themen erarbeitet:

- Jausen-Bausteine – „Die großen Vier“
- Rasche Jausenideen für jeden Tag
 - Süß und pikant, kunterbunt und g'sund!
 - Was tun, wenn die Jause immer übrigbleibt?
 - Zeitspartipps u.v.m.
 - **PRAXIS:** Je nach Möglichkeit wird eine rasche Jause gemeinsam zubereitet.
- Checkliste Fertigprodukte
 - Wenn es einmal besonders schnell gehen muss - Tipps für alle Fälle
 - Fertigprodukte – ja oder nein?
 - Worauf ist bei der Auswahl von Fertigprodukten für Kinder zu achten?
 - **PRAXIS:** Spannende Produkt-Analyse
- Kunterbunte Rezepte für zu Hause



Dauer

Die Dauer des Elternabends beträgt ca. 1,5 Stunden.

Zielgruppen

Eltern und Betreuungspersonen von Kindern im Kindergartenalter
Kindergarten-Team

Mindestteilnehmeranzahl: 12 Personen

Ziele

Den Eltern und dem Kindergartenteam sollen vor allem praktisches Wissen und alltagstaugliche Tipps vermittelt werden, wie auch bei mangelnder Zeit eine ausgewogene, kindgerechte Jause gestaltet werden kann.

Der Elternabend bietet zudem auch Raum für Fragen und Diskussionen. Abgerundet wird die Veranstaltung durch die Zubereitung einer Jause.

Info: Es werden keine ernährungsmedizinischen Themen im Rahmen des Elternabends behandelt. Bei den vermittelten Inhalten des Elternabends handelt es sich ausschließlich um Informationen für Eltern und um keine Fortbildung für das Kindergartenteam. Der Elternabend findet in den Räumlichkeiten des Kindergartens statt und wird von einer Ernährungsexpertin durchgeführt.

 **GESUNDHEITSFONDS**
STEIERMARK