

Zauberwasser



Mag^a Sabine Wallner
Ernährungswissenschaftlerin, Koordinatorin des
Grünen Tellers, Betreuerin von
Gemeinschaftsküchen, Gesundheitsförderin bei
Styria vitalis
oder eine Kollegin aus der Naturküche

Kontaktdaten:

Tel: 0316/ 82 20 94-70

E-Mail: sabine.wallner@styriavitalis.at



gesunder
KINDER
GARTEN



Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Müde, schlapp oder sogar Kopfschmerzen? Bei Kindern ist das Trinken entscheidend, aber das ist oft gar nicht so einfach. Jeder weiß, dass Zucker ungesund ist, doch wie viel Zucker ist ok in Getränken? Wie steht es mit dem selbst gemachten Sirup oder dem Apfelsaft vom Bauern? Sind Soft Drinks, Quetschis & Co verboten? Wie motiviere ich mein Kind zum Wasser trinken? Antworten auf diese Fragen und weiterführende Infos zu Wasser und optimalen Durstlöschern gibt es in diesem Elternabend.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Vermittlung von Infos zum Thema Trinken und optimale Durstlöcher
- Kennenlernen von Wasser als Durstlöcher Nr. 1
- Rezepte und Ideen um Wasser trinken anzuregen
- Unterscheidung von Säften, Fruchtsaftgetränken und Co.
- Richtiger Umgang mit Soft Drinks, Nuckelflaschen und Quetschis

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Eltern

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

1 Stunde

Welches Equipment wird benötigt?

Beamer, Laptop

