

# Gesunde biologische Ernährung in der Kita

geschrieben von Redakteur | Januar 17, 2022



## Online-Fortbildung für pädagogische Fachkräfte – jetzt anmelden!

Was ist bei einer ausgewogenen und nachhaltigen Ernährung für Kinder zu beachten? Wie können Bio-Produkte in das Verpflegungsangebot – auch bei knappen Budgets – integriert werden? Wie kann gesunde Ernährung in der Kita/Schule gefördert werden? Um diese Fragen geht es in dem Online-Workshop „Bio kann jeder – Nudging und Ernährungsbildung“ am 15. März 2022 um ab 14 Uhr.

### Die Referentinnen

Eva-Maria Huber, Köchin und Ernährungswissenschaftlerin für Bioland, zeigt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, wie der Einstieg mit Bio-Produkten funktioniert, welche Lebensmittel sich gut für den Einstieg eignen, wie ein gelungener Speiseplan mit Bioprodukten aussieht und wie Bio auch in das Verpflegungsangebot auch bei knappen Budgets integriert werden

kann.

Die Gründerin des Kinderleicht Instituts in München, Agnes Streber, erläutert, wie durch kleine Impulse eine gesunde Ernährung in der Kita- und Schulverpflegung gefördert werden kann. Das Anstoßen solcher Veränderungsprozesse heißt „Nudging“. Streber ist Köchin und Ökotrophologin. Sie leitet das Projekt Nudge-Concept und hat jahrelange Expertise in der praktischen Umsetzung von Nudging.

Ina Seitz gibt im Workshop Tipps zum Thema: wie gelingt Essen in der Kita und Schulverpflegung – was mögen Kinder und wie wird auch das Gemüse gegessen? Die Köchin und Beraterin für Säuglings- und Kinderernährung UGB hält für die Sarah Wiener Stiftung Kurse zum Thema kochen für und mit Kindern.

## **Der Ablauf der Veranstaltung**

- 14.00 Uhr Begrüßung und Vorstellungsrunde
- 14.15 Uhr Bio-Einstieg leicht gemacht – Gründe für den Bio-Einsatz, gelungene Speiseplanung, Kalkulation und Kommunikation (Eva-Maria Huber, Köchin und Ernährungswissenschaftlerin, Bioland)
- 14.30 Uhr Jetzt sind Sie dran – Erfahrungsaustausch! Wie gelingt das Essen bei Ihnen in der Kita oder Schule?
- 14.50 Uhr Wie gelingt Essen in der Kita/Schule – was mögen Kinder und wie wird auch das Gemüse gegessen? (Ina Seitz, Köchin und Ökotrophologin)
- 15.10 Uhr Pause
- 15:20 Uhr Durch kleine Impulse gesunde Ernährung in der Kita- und Schulverpflegung fördern – Das Nudge-Concept (Agnes Streber, Gründerin Kinderleicht Institut München)
- 15:40 Uhr Jetzt sind Sie dran! Vertiefung und Fragerunde zu den vorgestellten Themen in Kleingruppen
  - Bio-Einstieg mit Eva-Maria Huber
  - Geschmacksentwicklung mit Ina Seitz
  - Nudging mit Agnes Streber

- 16.15 Uhr Abschlussrunde: Nächste Schritte, offene Fragen, Vernetzung
- 16.30 Uhr Ende der Veranstaltung

Die Teilnahme ist kostenlos. Die Veranstaltung ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN) und wurde initiiert vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft.

Da die Teilnahme auf 15 Personen begrenzt ist, empfiehlt sich eine schnelle Anmeldung. Die Anmeldefrist endet am 11. März 2022 um 19 Uhr.

Kontakt Eva-Maria Huber, E-Mail: [eva-maria.huber@bioland.de](mailto:eva-maria.huber@bioland.de).