



## Leistungsspektrum

### -Ernährungsbildung in Kindergärten, Schulen und allgemeinen Tageseinrichtungen-

Ernährungsbildung beginnt schon im Mutterleib und startet so richtig durch mit der Geburt. Ernährungsbildung hört nie auf und einen besonderen Fokus sollte man auf Kleinkinder und Jugendliche legen, hier bildet sich die Grundlage für das weitere Leben.

Unter anderem beeinflusst es die Gesundheitsförderung im Hinblick auf Prävention von Übergewicht, Essstörungen, Diabetes und Co. Je früher wir beginnen Bewusstsein zu schaffen, desto weniger Probleme ergeben sich im Lauf der Zeit. Die Familie als Ganzes und Ultimates muss prinzipiell immer mit einbezogen werden.

Themen werden interaktiv und dem Jahrgang entsprechend angepasst.

Prinzipiell lassen sich Schwerpunkte individuell zusammenlegen, so auch die Vortragsdauer.

- *Geschmacksbildung in Schwangerschaft & Stillzeit*
- *Frühkindliche Ernährungsbildung*
- *Essen lernen im Kleinkindalter*
- *Ernährungsbildung in der Kita*
- *Essen und Trinken, Genuss für alle Sinne*
- *Hunger ist nicht gleich Appetit*
- *Ursprung der Lebensmittel*
- *Ernährungsbildung in der Grundschule*
- *Die Schulmahlzeit*
- *Uvm.*