

## Kinder lernen essen -

## Wenn Ernährung zum Abenteuer wird

---

### Inhalt:

Kinder essen das, was ihnen schmeckt. Zu wissen, welche Faktoren sich wie auf das kindliche Essverhalten auswirken ist wichtig, um das Verhalten der Kinder bei Tisch zu verstehen. Wie man dennoch eine angenehme Essatmosphäre schaffen kann und wie die Kinder zu mehr Genuss und zur richtigen Wahl von Lebensmitteln motiviert werden können, erfahren Sie in diesem Workshop. Ebenso gibt es Tipps, damit einem eventuellen Nährstoffmangel entgegengewirkt werden kann.



### Zielgruppe:

- Eltern & PädagogInnen

### Ziele/ Schwerpunkte:

- Entwicklung des Geschmackssinns
- Zufriedenheit am Tisch
- Einkaufen mit Kindern
- Lagerung von Lebensmitteln
- Tipps & Tricks zum Kochen mit Kindern

### Leistungen:

- praxisorientierter Workshop

### Zeitrahmen:

- 1 Termin à 1,5 Stunden

### Kosten:

- 90- Euro (inkl. MwSt.) zzgl. Fahrtkosten
- Im Rahmen des Projektes "Gesunder Kindergarten" werden die Kosten gefördert.

---

### AnsprechpartnerIn:

Sophie Waldmann, BEd.

AVOS - Prävention & Gesundheitsförderung

Elisabethstraße 2, 5020 Salzburg

Tel: 0662/88 75 88-44

E-Mail: [waldmann@avos.at](mailto:waldmann@avos.at)