# Kindgerechte Ernährung praktisch umsetzen

| | |
|---|---|
| Kursnummer | 262PKL403 |
| Beginn | Montag, 02.11.2026, 09:00 - 16:00 Uhr |
| Dauer | 1 U-Tag |
| Kursort | Neustadt; VHS (am Schloss Landestrost), EG 02 |
| Gebühr | 77,00 € |
| Teilnehmer | 8 - 16 |
| Kursleitung | Kathrin Helms |

Gesunde Ernährung beginnt im Kindesalter und pädagogische Fachkräfte spielen dabei eine zentrale Rolle. In der praxisorientierten Fortbildung erfahren Sie, wie Sie Kinder und Kleinkinder zwischen 1 und 6 Jahren spielerisch und genussvoll an gesunde Lebensmittel heranführen können. Neben wichtigen Grundlagen zur ausgewogenen Ernährung liegt der Schwerpunkt auf der praktischen Ernährungsbildung im Kita Alltag: Welche alltagstauglichen Methoden gibt es? Wie kann Essen zum Lernfeld werden? Und wie lassen sich Kinder aktiv einbinden - beim Zubereiten, Probieren, Entdecken?

Inhalte
Grundlagen einer gesunden, alltagsgerechten Ernährung
Essverhalten von Kindern verstehen und fördern
Ernährung spielerisch vermitteln: Ideen, Methoden, Materialien
Praktischer Teil: Rezepte und Mitmachaktionen

Methoden
Impulsvortrag, praktische Übung, Gruppenarbeit

## Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|---|---|---|
| 02.11.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | Neustadt; VHS (am Schloss Landestrost), EG 02 |