

## 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