

Trinkt meine Tochter genug?
Soll ich jeden Tag Teigwaren und kochen,
nur damit meine Kinder etwas essen?
Wie viel Milch braucht die Dreijährige?
Muss der Teller immer leer gegessen werden?
Hat Gemüse heute weniger Vitamine als früher?
Sind Nahrungsmittel mit E-Nummern ungesund?
Darf ich Pilz-Spinat-Lasagne aufwärmen?
Ist Honig gesünder als Zucker?
Ist mein Sohn zu dünn?
Wie kann ich meine Kinder dazu bringen,
Gemüse zu essen?
Was mach ich, wenn der Znüni + Zvieri immer
ungegessen von der Schule retour kommt?
Mein Kind ist so heikel -
Was soll ich bloss noch kochen?
Warum haben wir immer wieder Streit
wegen dem Essen?
Ist Sojamilch gesünder als Kuhmilch?
Soll der Jüngste bereits nach fünf
Minuten vom Tisch dürfen?
Meine Tochter trinkt nur Rivella und Sirup!
Ab wann kann ich verlangen, dass meine Kinder
mit dem Besteck essen?
Wie oft soll ich Süssigkeiten erlauben?
Brauchen meine Kinder zusätzliche Vitamine?
Müssen die Kinder alles probieren?
...?

Kontakt

Beatrice Schilling

Dipl. Ernährungsberaterin FH

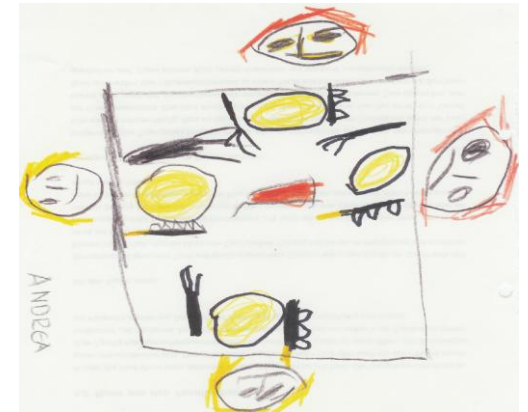
Erwachsenenbildnerin SVEB 2
Ausbilderin mit eidg. Fachausweis

Bruggerstrasse 37
5400 Baden
056 209 19 40

info@beatrice-schilling.ch

Kosten

Tarif nach den Empfehlungen des Schweizerischen Bundes für Elternbildung (z. B. für Veranstalter 350-500 Fr. für ein Referat) bzw. des Schweizerischen Verbandes Dipl. Ernährungsberaterinnen (90 Fr. für eine Einzelberatung à ca. 40 Min.)



„Rund um den Esstisch“

Erwachsenenbildungs-Veranstaltungen
zum Thema
Essen mit Kindern

Erwachsenenbildungs-Veranstaltungen zum Thema Essen mit Kindern

Themenbeispiele

Form

Ernährungsfachwissen kombiniert mit praktischen Empfehlungen für den Erziehungsalltag.

Um Eltern, Lehr- und Betreuungspersonen mehr Sicherheit und Freude beim Essen mit Kindern zu geben:

- was Kinder in verschiedenen Altern punkto Ernährung brauchen („was, wie viel“)
- wie wertvoll gemeinsames Kochen und Essen sind („warum“)
- welche Strategien und Regeln rund ums Essen hilfreich sind („wie“)

- „Brust - Brei - Brot“
Ernährung von 6 bis 18-monatigen Kindern
- „Mampfen mit Grips und Gelassenheit“
Essen mit 1 bis 5-jährigen Kindern
- „Gummibärli, Gwagglizahn und Gesunde Ernährung“
Ernährung von Primarschulkindern
- „Esstisch - Stresstisch?“
Schwerpunkt Essen und Erziehen
- „Schnelle Küche für Familien“
Was wirklich wichtig ist beim Essen.
- Tischsitten: Alter Zopf oder neuer Trend?
Über die Wichtigkeit einer Tischkultur
- „Milchzahn und Milchschnitte“
Rund um den Znüni und Zvieri in Kindergarten und Schule
- „Mein Kind ist zu schwer.“
Was Eltern und Betreuungspersonen über-
wichtiger Kinder machen können.

- Referat mit Diskussion
- Kurs oder Referat kombiniert mit Gruppen-
Arbeiten und Diskussion
- Kurzreferat innerhalb anderer Veranstal-
tung (z. B. innerhalb Elternabend, ELKI-
Turnen, MUKI-Deutsch)
- Stand, betreute Plakate, Ausstellung (z. B.
geeignete/ungeeignete Znünis, ausgewo-
gene Mahlzeit, Zuckergehalt verschiedene
Getränke) mit Infomaterial zum Mitnehmen
und Möglichkeit, Fragen zu stellen

Daten und Offerten auf Anfrage.

- Einzelberatungen

Termine nach Vereinbarung.