

Fachtage zu Ernährungsbildung, Bildungs- und Erziehungsplan und Kinderrechten rund um den Esstisch



© Fotolia Andrey Kuzmin

für Fachkräfte, Fachberatungen, Fortbildnerinnen, Fortbildner und Eltern aus den Bereichen Kindertagespflege und Kindertagesstätten und alle Interessierten

## Termine 2019:

19. September in Gießen, Uni Gießen, Zeughaus

16. Oktober in Bad Nauheim, Landesärztekammer

21. November in Dreieich, Haus des Lebenslangen Lernens

## ANMELDUNG & INFORMATION

Verbraucherzentrale Hessen e. V.  
Fachgruppe Lebensmittel und Ernährung  
**Ansprechpartnerin:** Bettina Meints-Korinth

**E-Mail:** meints-korinth@verbraucherzentrale-hessen.de

**Telefon:** (069) 97 20 10 49, **Fax:** (069) 97 20 10 80

[www.verbraucherzentrale-hessen.de](http://www.verbraucherzentrale-hessen.de)

Gerade bei den Kleinsten sind Alltagssituationen Schlüsselsituationen für ihre Entwicklung. Positive Erfahrungen beim Essen und bei der Gestaltung der Mahlzeiten legen den Grundstein für ein lebenslanges, gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten. Aktivitäten rund um „Gesunde Ernährung von Anfang an“ sind daher geeignete Inhalte für den gelebten Hessischen Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder von 0-10 Jahren (BEP). Hierbei findet Bildung über den Tellerrand hinaus statt und zwar im wahrsten Sinne des Wortes. Die gemeinsame Gestaltung von Essenssituationen fördert die Partizipation und das gute Miteinander. Der Esstisch als Raum zur Kommunikation stärkt die sozialen und individuellen Kompetenzen, das Essen mit allen Sinnen, sowie die differenzierte Wahrnehmung.

Gleichzeitig spielen Kinderrechte eine bedeutsame Rolle rund um den Esstisch. Denn Kinder haben Rechte – von Anfang an! Deutschland hat 1992 die Kinderrechtskonvention unterzeichnet und sich damit verpflichtet, dass das Wohl der Kinder in allen sie betreffenden politischen und gesellschaftlichen Entscheidungen Vorrang hat – dies gilt auch am Esstisch. Familie und Kindertageseinrichtungen sind wichtige Orte, an denen Kinder die Anerkennung ihrer Person erfahren, Selbstwirksamkeit, echte Beteiligung und Mitentscheidung erleben können. Kindern soll die Möglichkeit gegeben werden, sich selbstbestimmt und selbstwirksam an Esssituationen zu beteiligen – immer bezogen auf ihre individuellen Fertigkeiten und Fähigkeiten. Die Umsetzung der Rechte der Kinder ist ein zentraler Aspekt guter Qualität in der pädagogischen Arbeit.

Der BEP mit den Kinderrechten und die Ernährungsbildung beschäftigen die Kinderbetreuungen der Kleinsten thematisch tagtäglich. Wie kann man diese in den Alltag, aber auch in die Aus- und Weiterbildungen integrieren? Der Fachtag gibt sowohl Betreuungspersonen der Kleinkinder in Kindertagespflege und Kindertagesstätten als auch Referentinnen und Referenten, Fachberatungen und Fachdiensten neue Ideen und Impulse für ihre Arbeit. Er bietet Gelegenheit, diese konstruktiv miteinander zu vertiefen. Der fachliche Input wird im Austausch genutzt, um Praxisansätze kennen zu lernen, zu ergänzen und zu aktualisieren.

**Wir freuen uns auf Sie!**

## PROGRAMM

(ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN)

9:00 Uhr	Ankommen und Begrüßungskaffee
9:30 Uhr	Eröffnung und Grußworte
10:00 Uhr	"Mit Kindern Essen" - Esserziehung und-beziehung im Kleinkindalter Edith Gätjen, Ökotrophologin, systemische Paar- und Familientherapeutin
11:15 Uhr	„Kinderrechte rund um den Esstisch“ Alexandra Kunz, Deutscher Kinderschutzbund, Landesverband Hessen e.V.
12:00 Uhr	Mittagspause
13:00 Uhr	Bewegungsangebot
13:15 Uhr	Workshop-Phase 1
15:15 Uhr	Workshop-Phase 2
16:45 Uhr	Zusammenfassung im Plenum
17:00 Uhr	Ende der Veranstaltung

## Workshops mit Schwerpunkt auf dem Hessischen Bildungs- und Erziehungsplan

### Workshop 1: Kinderrechte rund um den Esstisch

**Referentin:** Alexandra Kunz, Sozialpädagogin, Deutscher Kinderschutzbund, Landesverband Hessen e.V.

Es stehen die Kinderrechte im Mittelpunkt, welche Kinder rund um das Thema Essen und Trinken betreffen. Kinder sollen erfahren, dass Essen Genuss und Freude bringt. Sie sollen neugierig die Welt der Geschmäcker erkunden wollen und sich gerne in die Tischgemeinschaft einfügen. Die Beschäftigung mit den Kinderrechten lädt alle Fachkräfte dazu ein, sich bewusst mit der eigenen Praxis auseinanderzusetzen sowie nicht zuletzt Ideen zur Umsetzung in der Praxis zu entwickeln.

### Workshop 2: Ich esse, ich lerne - und das immerzu

**Referentin:** Eva-Maria Maier (BEP-Multiplikatorin) / Bettina Meints-Korinth

Kinder entwickeln sehr früh ein eigenes Selbstbild, das sich immer weiter herausbildet. Wichtig sind dabei die Erfahrungen, die Kinder im Alltag mit dem Essen und im Umgang mit Nahrungsmitteln im Kontakt mit anderen sammeln. Was müssen wir über die Kompetenzen von Kleinkindern wissen? Wie können wir Kinder in der Entwicklung eines gesunden Selbstkonzepts unterstützen und wie ist das im BEP einzuordnen? Was bedeutet dies für Kinder anderer Kulturen?

## Workshop 3: Bildungsanlässe rund um den Esstisch

**Referentin: Erika Jost / Ute Weiß (BEP-Multiplikatorinnen)**

Essen ist mehr als nur Nahrungsaufnahme. Mahlzeiten bieten als wichtiges gemeinsames Geschehen viele Bildungsanlässe, zum Beispiel für die Stärkung kindlicher Kompetenzen nach dem BEP. Welche Kompetenzen werden konkret gefördert? Wie kann man die Ess-Situation nutzen? Wie bindet man die Kinder in den Ablauf der Mahlzeiten mit ein? Andere Länder, andere Sitten – welche Rolle spielt interkulturelles Essen als Element der Ernährungsbildung mit dem BEP?

## Workshops mit dem Schwerpunkt Ernährungsbildung

### Workshop 4: "Mit Kindern Essen" - Esserziehung und-beziehung im Kleinkindalter

**Referentin: Edith Gätjen (Oecotrophologin)**

Was Kinder wirklich gerne tun....., ist gemeinsam, in Beziehung und mit allen Sinnen, die Welt entdecken! Wie es Pädagogen gelingen kann, im Alltag, Kindern die Welt der Lebensmittel sinnlich zu erschließen, so, dass die Bedürfnisse der Kinder im Vordergrund stehen, ist Inhalt dieses praxisorientierten Workshops!

### Workshop 5: Ausgewogene Ernährung im Kindesalter

**Referentin: Marina Beheim (Oecotrophologin)**

Ein Ziel des BEP sind starke, gesunde Kinder. Eine gesundheitsfördernde Ernährung spielt hierbei eine große Rolle. Doch welches Wissen braucht es, um diese im Alltag umsetzen zu können? Dürfen Kleinkinder am Familientisch alles essen? Wie durchschaut man den Angebotsdschungel im Supermarkt? Brauchen 2-Jährige noch spezielle Kinderprodukte? Wie lauten die Empfehlungen zur Allergieprävention? Wie essen Kinder anderer Länder bzw. anderer Kulturen?

### Workshop 6: „Essen mit allen Sinnen“ und mehr...

**Referentin: Kathrin Stockmayer (Oecotrophologin)**

„Essen mit allen Sinnen“ ist die beste Ernährungsbildung im Kleinkindalter. Wie riecht und schmeckt etwas? Wie kann ich die Kleinen auf die Lebensmittelvielfalt neugierig machen? Neben der positiven Tischatmosphäre gibt es viele weitere Aktivitäten, um die Jüngsten mit unterschiedlichen Lebensmitteln vertraut machen zu können. Auch für Kinder mit Migrations- und Fluchthintergrund bietet der Esstisch viele Möglichkeiten, das Ankommen zu erleichtern.

### Kosten

Die Teilnahmegebühr für Verpflegung und Tagungsunterlagen beträgt je Veranstaltung **30 Euro** pro Person.

Eine Stornierung ist schriftlich bis jeweils 14 Tage vor der Veranstaltung möglich. Hierfür wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10 € berechnet und der Restbetrag erstattet. Es gelten unsere AGB. (siehe [www.verbraucherzentrale-hessen.de](http://www.verbraucherzentrale-hessen.de))