

Wenn Essen krank macht!

Umgang mit besonderen Ernährungsanforderungen in der Kita-Verpflegung

Kinder sind häufiger von Nahrungsmittelallergien betroffen als Erwachsene. Manche Symptome sind eher harmlos, andere können lebensbedrohlich werden. In diesem Seminar werden die häufigsten Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten im Kindesalter vorgestellt.

Die Verpflegung von Kindern mit besonderen Ernährungsanforderungen kann mit einem erheblichen Mehraufwand für die Küche verbunden sein. Wir schauen genau hin: Was ist neben den vielfältigen alltäglichen Aufgaben realisierbar? Wo sind die Grenzen? Und wie lässt sich der Zeitaufwand möglicherweise durch gute Organisation reduzieren?

Wird ein Kind mit einer speziellen Kost versorgt, ist weiterhin zu klären: Welche Verantwortung liegt bei den hauswirtschaftlichen Mitarbeitern*innen, welche bei den Pädagogen*innen?

Themen

- Empfehlungen für die Ernährung bei ausgewählten Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten
- Ernährungsphysiologische und küchentechnische Alternativen
- Exemplarische Abwandlung von Speiseplänen
- Integrieren der Kostformen in den normalen Küchenablauf

Termin Donnerstag, 19. März 2020

Zeit 8.30 - 15.30 Uhr

Ort BIPS

Zielgruppe Küchenleiter*innen, Küchenhelfer*innen pädagogische Fachkräfte

Leitung Wiebke von Atens-Kahlenberg

Anmeldung nur BIPS, bis 06.02.2020

Kosten für Externe auf Anfrage

Alles was süß macht

Zucker und Süßungsmitteln „auf den Zahn gefühlt“

Zucker steht sehr in der Kritik. Kleine Kinder zwischen zwei und vier Jahren sollten gemäß der aktuellen Empfehlung der WHO nicht mehr als 20 bis 40 Gramm „freie Zucker“ am Tag zu sich nehmen. Darunter werden alle Zuckerarten verstanden, die Speisen und Getränken beigelegt werden sowie Zucker, der natürlich in Honig, Sirup, Fruchtsaftkonzentraten und Fruchtsäften enthalten ist. Das ist nicht viel, denn schon ein gesüßter Joghurt kann mehr als 20 Gramm Zucker enthalten.

Die Nährstoffkennzeichnung verrät, wie viel Zucker in einem Produkt enthalten ist. Doch auf der Zutatenliste wird Zucker sehr unterschiedlich bezeichnet, so dass es nicht immer leicht ist, ihn zu finden.

Themen

- Empfehlungen für die Zuckerzufuhr
- Vorkommen von Zucker in Lebensmitteln
- Honig, Sirup & Co
- Süßstoffe und andere Süßungsmittel
- Kennzeichnung von Süßungsmitteln auf dem Speiseplan
- Praxis in der Lehrküche

Termin Donnerstag, 18. Juni 2020

Zeit 8.30 bis 14.30 Uhr

Ort Bildungswerk des DHB, Lehrküche

Zielgruppe Küchenleiter*innen, Küchenhelfer*innen

Leitung Brigitte Bücking

Anmeldung nur BIPS, bis 07.05.2020

Kosten für Externe auf Anfrage

Hinweis: Wer trotz Anmeldung an einem Seminar nicht teilnehmen kann, muss sich abmelden. Ohne Abmeldung können der Kita entstandene Kosten, z.B. für eine Lebensmittelumlage, in Rechnung gestellt werden.

Seminaranmeldungen für 2020

Ich melde mich/uns hiermit für das/die folgende/n Seminare verbindlich an:

- Wenn Essen krank macht**
Donnerstag, 19. März 2020, 8.30 bis 15.30 Uhr
BIPS
- Alles, was süß macht**
Donnerstag, 18. Juni 2020, 8.30 bis 14.30 Uhr
BIPS
- Essen in der Kinderkrippe**
Mittwoch, 07. Oktober 2020, 8.30 bis 15.30 Uhr
BIPS

Name(n)	Vorname(n)
Kindertagesstätte	Telefon
Straße	Hausnummer
PLZ	Ort
Datum	Unterschrift

Die Seminarteilnahme ist für Mitarbeiter*innen der Bremischen Ev. Kitas kostenfrei! (Bei Seminaren mit Lehrküchenpraxis entstehen Kosten für die Lebensmittel.)

Hier bitte anmelden:

BIPS: Tel: 218-56910 oder 218-56909

Fax: 218-56941

Email: atens@leibniz-bips.de

buecking@leibniz-bips.de

Essen in der Kinderkrippe - was kleine Kinder brauchen

Für hauswirtschaftliche und pädagogische Fachkräfte in Krippen

An diesem Seminartag werden die aktuellen Empfehlungen zur Verpflegung von unter Dreijährigen in Kinderkrippen vorgestellt und deren Umsetzung diskutiert. Wie sieht eine ausgewogene Ernährung in der Kinderkrippe aus? Wie gelingt der Übergang zur „normalen“ Kita-Ernährung? Und wie sollten die Mahlzeiten mit so kleinen Kindern gestaltet werden? Antworten lassen sich dem Verpflegungskonzept „Essen in der Kinderkrippe“ entnehmen. Auch der Erfahrungsaustausch untereinander ist hilfreich. Um besser miteinander ins Gespräch zu kommen, sollten möglichst eine hauswirtschaftliche und eine pädagogische Fachkraft aus der jeweiligen Kita im Tandem teilnehmen.

Themen

- Gute Qualität der Essensversorgung in der Krippe
- Anforderungen an die Säuglingsernährung (wenn gewünscht)
- Ernährung ab dem 2. Lebensjahr
- Einflüsse auf das Essverhalten
- Mahlzeitengestaltung
- Hygienefragen

Termin Mittwoch, 07. Oktober 2020

Zeit 08.30 bis 15.30 Uhr

Ort BIPS

Zielgruppe Hauswirtschaftl. und pädagogische Mitarbeiter*innen (gerne im Tandem)

Leitung Wiebke von Atens-Kahlenberg

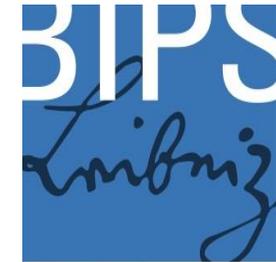
Anmeldung nur BIPS, bis 26.08.2020

Kosten für Externe auf Anfrage

Unsere Seminarorte

BIPS: Achterstraße 30, 28359 Bremen

DHB: Am Neuen Markt 14, 28199 Bremen



Leibniz-Institut
für Präventionsforschung und
Epidemiologie – BIPS GmbH

Fortbildungsangebote 2020



BREMISCHE EVANGELISCHE KIRCHE
Landesverband Evangelischer
Tageseinrichtungen für Kinder

Wiebke von Atens-Kahlenberg

Dipl. Oecotrophologin (FH)
Staatl. geprüfte Diätassistentin
EB/DGE

Brigitte Bücking

Dipl. Pädagogin
Staatl. geprüfte Hauswirtschaftsleiterin
EB/VFED