



Foto: Sarah Wiener Stiftung | photothek

## Kostenfreie Fortbildungen für Kita-Teams

### Praktische Ernährungsbildung und Essbegleitung in der Kita – als Team gemeinsam Genussbotschafter:innen werden

Seit 2015 begeistert Ich kann kochen! Kinder für eine vielseitige Ernährung, indem Erzieher:innen und Pädagog:innen zu Genussbotschafter:innen fortgebildet werden. Die Initiative der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER gibt ihnen alles an die Hand, was sie brauchen, um als Genussbotschafter:innen in ihrer Einrichtung mit den Kindern praktische Ernährungsbildung umzusetzen. Gemeinsam mehr erreichen: **Jetzt können auch ganze Kita-Teams zusammen Genussbotschafter:innen werden!**

Gegessen wird in der Kita jeden Tag. Doch wie können Kinder beim Essen(lernen) pädagogisch begleitet werden? Und weshalb ist praktische Ernährungsbildung überhaupt wichtig? Egal, ob in der Kita vor Ort gekocht wird oder ein Caterer das Essen liefert: Um Kinder beim Essen(lernen) zu unterstützen, können alle im Team etwas beitragen. Wie das geht und worauf es ankommt, erfahren Sie in der Ich kann kochen!-Teamfortbildung.

### Sich als Team fortbilden – das hat Vorteile

- Alle sind einbezogen: Pädagogische Fachkräfte, Leitungen, Köch:innen, Fachkräfte für Hauswirtschaft und Küche – alle, die an der Essbegleitung und Ernährungsbildung der Kinder beteiligt sind, nehmen zusammen an der Fortbildung teil.
- Gemeinsame Wissensbasis: Alle im Team haben das gleiche Grundverständnis von Ernährungsbildung und entwickeln gemeinsam Ideen zur Umsetzung.
- Individuelle Lösungen: Wir betrachten die Situation in Ihrer Einrichtung und entwickeln individuelle Lösungsansätze.
- Teamgefühl stärken: Der Team-Tag fördert die Motivation, die Mahlzeitsituationen weiterzuentwickeln und praktische Ernährungsbildung umzusetzen.

# Ziele und Inhalt der Teamfortbildung

Nach der Fortbildung hat das Team ein gemeinsames Verständnis davon, wie Kinder Essen lernen und wie sie dabei begleitet werden können. Was macht praktische Ernährungsbildung aus? Weshalb ist sie in der Kita wichtig? Und wie kann sie praktisch umgesetzt werden? Diese Fragen werden in der Fortbildung beantwortet. Darum geht's am Fortbildungstag:

- Entwicklung des **Ernährungs- und Essverhaltens** von Kindern
- **Sinnesübungen als Methode** in der Ernährungsbildung
- **Küchenpraxis:** Sicherheit, Arbeitsplatzeinrichtung, Umgang mit Küchenwerkzeugen, Schneidetechniken, Zeitplanung, Hygiene
- Gemeinsames **Kochen und Essen** mit dem Team
- Übung und Reflexion zu **Rolle und Haltung** bei der Begleitung von Mahlzeiten und in der praktischen Ernährungsbildung
- Reflexion und Planung im Team: **Wer kann in der Kita was dazu beitragen**, damit das Essen(lernen) gelingt?
- **Konkrete Ideen:** Wie kann praktische Ernährungsbildung in der Kita umgesetzt werden?

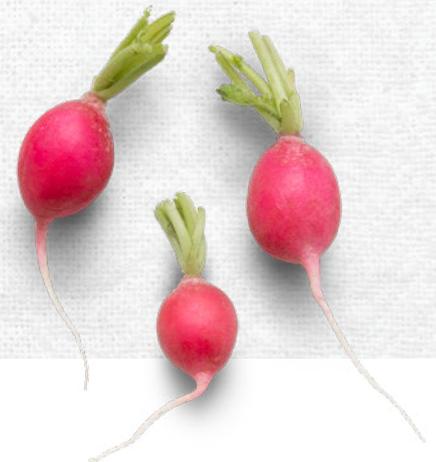
Gut zu wissen: Praxisnahe **Bildungsmaterialien, Rezepte und Selbstlernmodule** ergänzen die Fortbildung und unterstützen so die Umsetzung in der eigenen Einrichtung. Und: Im Anschluss an die Teilnahme fördert die BARMER Kitas mit einmalig bis zu **500 Euro für Lebensmittel!**

## Organisatorische Voraussetzungen

- Ort:** Sie brauchen einen passenden Raum für das gesamte Team sowie Zugang zu einer Küche mit Kühlschrank und Waschbecken.
- Dauer:** 8 Stunden, eintägig, i.d.R. 9–17 Uhr
- Teilnehmende:** Kita-Teams mit mind. 15 bis max. 30 Personen

**Die Fortbildung ist kostenfrei und wird bundesweit angeboten, die Kita trägt lediglich die Kosten für die Lebensmittel selbst.**

Die Fortbildung eignet sich auch für Kitas, in denen nicht selbst gekocht wird. Sie bietet sich besonders für einen Tag an, an dem die Kita geschlossen hat.



Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Melden Sie sich bei uns! Hier geht es zum Kontaktformular:

[www.ichkannkochen.de/teamfortbildung](http://www.ichkannkochen.de/teamfortbildung)

Fragen zu den Inhalten und der Organisation der Fortbildung  
beantworten wir Ihnen gerne unter  
[kooperationen@sw-stiftung.de](mailto:kooperationen@sw-stiftung.de).

WIR SIND

**in FORM**

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

Hier finden Sie weitere Informationen:

Sarah Wiener Stiftung · Chausseestr. 8 · 10115 Berlin · [Facebook](#) · [Instagram](#)