

Was dürfen wir noch essen?

Ein Weg zur sicheren Ernährung

In diesem Seminar erhalten Sie aktuelle ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse sowie unterschiedliche Umsetzungsmöglichkeiten und Materialien zum sofortigen Einsatz im Schulalltag.

Inhalt

- Populäre Diäten und langfristige Trends in der Ernährung
- Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien – der Feind auf meinem Teller?
- Bewertung von vegetarischen und veganen Lebensstilen
- „clean eating“ oder die Rückkehr zum bewussten Lebensstil
- Möglichkeiten, Stolpersteine und Lösungsansätze
- Aktueller, wissenschaftlicher Stand zur Stärkung der lebenspraktischen Kompetenzen
- Förderung der Beziehung zu Lebensmitteln (kochen, selbst anbauen, erwerbsmäßige Produktion, ...)

Der steirische Ernährungswürfel

Vorstellung eines didaktischen Modells für die Ernährungsbildung auf Basis der steirischen Ernährungspyramide für eine gesunde und ausgewogene Ernährung mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln

Referentinnen:

Mag. Andrea Fičala

Selbstständige Ernährungswissenschaftlerin, mit den Schwerpunkten Ernährungsbildung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Schulverpflegung und nachhaltige Ernährung; Inhaberin des Unternehmens „esswerk“, www.ess-werk.at; Salutovisorin®

Mag. Nicole Zöhrer

Ernährungswissenschaftlerin,
LK Steiermark, Abteilung Ernährung und Erwerbskombination

05



Andrea Fičala



Nicole Zöhrer

Termin:

Di. 30. August 2016
09:00 – 16:00 Uhr

Ort:

Schloss St. Martin
Kehlbergstr. 35, 8054 Graz

Gruppengröße:

max. 30 Personen

Zielgruppe:

LehrerInnen der Fachbereiche
Kochen, Ernährung, Haushalt,
Ökologie, Landwirtschaft