



Kulinarix

... is(s)t gesund.

KULINARIX ist ein Programm, das sich an Kindertagesstätten in ganz Oberfranken richtet. Es hat zum Ziel, die **Ernährungssituation und das Gesundheitsbewusstsein von Kindern** aktiv zu verbessern. Ernährungsfachkräfte („Coaches“) ermitteln dafür in den teilnehmenden Einrichtungen den individuellen Bedarf, um dann über einen Zeitraum von ca. zwei Jahren kontinuierlich Projekte durchzuführen. Das können z.B. Eltern-Kind-Kochkurse, Vorträge, Fortbildungen für Mitarbeiter, Schulungen für Caterer, aber auch viele gemeinsame Aktionen mit den Kindern zum Thema Essen und Trinken sein.

Unser Ziel ist es, den Einrichtungen die **Grundlagen für einen gesunden und glücklichen Lebensstil** nahezubringen und diesen nachhaltig zu verankern. Dank der Förderung der Adalbert-Raps-Stiftung und der gesetzlichen Krankenkassen ist das Programm für die teilnehmenden Einrichtungen kostenfrei.

Hauptziele des Programms

1. Anleitung zu praktischer, kindgerechter & alltagstauglicher Ernährungsbildung in der Einrichtung
2. Umsetzung der Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung
3. Vernetzung unter den beteiligten Akteuren
4. Wissenserweiterung bei den Kindern, den Eltern und Großeltern, beim Personal und im Netzwerk der Einrichtungen

Die Einrichtung kann sich Ihr eigenes Projekt individuell aus den folgenden PROGRAMMBAUSTEINEN zusammenstellen:

• **Erstgespräch in der Einrichtung** (Analyse und Bedarfsermittlung)

FREI WÄHLBAR

- **Workshops und/oder Vorträge zur Wissensvermittlung** (für Pädagogen, Fachkräfte und Multiplikatoren, Kinder und Eltern)
- **Praxisanleitung inkl. Coaching** (für Pädagogen, Fachkräfte und Multiplikatoren)
- **Projekttag inkl. Coaching** (für Kinder)
- **Vor-Ort-Maßnahmen zur Förderung der Mitarbeitergesundheit**
- **Fortbildungstage** für Mitarbeiter

• **Projektauswertung**



PROGRAMMSCHWERPUNKTE können beispielweise sein:

- Speiseplancheck
- Brotboxberatung
- Lebensmittelkunde & -pyramide
- Lehrkochen für Groß & Klein
- Essatmosphäre und Tischgestaltung
- Sinnesparcours
- Kulinarische Reise
- Ausflug zu regionalen Erzeugern

SIE PROFITIEREN VON:

- neuen Fakten und der Aktivierung Ihres Wissens
- Praxisanleitungen direkt in Ihrer Einrichtung
- einer persönlichen Betreuung
- Vernetzung mit anderen Kitas zum Austausch und/oder Hospitation
- neuer Freude und mehr Spaß am gesunden Essen

Alle oberfränkischen Kitas, die Optimierungsbedarf im Bereich Essen, Verpflegung, Ernährungsbildung, Partizipation, Elternarbeit und Mahlzeitengestaltung sehen, sind eingeladen, Kontakt aufzunehmen mit:



Birgit Baumgarten


Telefon: 03621 50789-36
Mobil: 01525 6658249
birgit.baumgarten@symbioun.de



Christian Schulz

Telefon: 03621 50789-24
Mobil: 01525 6658237
christian.schulz@symbioun.de

Weitere Informationen:

Adalbert-Raps-Stiftung | Adalbert-Raps-Straße 1 | 95326 Kulmbach
www.raps-stiftung.de |  /AdalbertRapsStiftung

symbioun Bundeszentrale | Bahnhofstraße 14 | 99867 Gotha
www.symbioun.de |  /symbiounev

Unterstützt die Ziele von



**GESUNDES
LEBEN**[®]

Ihre Initiative für Prävention und Gesundheitsförderung