



Fit und clever - Gesunde Ernährung für Jugendliche

Gruppenangebot

Fit und clever - Gesunde Ernährung für Jugendliche

In diesem Alter gehört Snacken dazu. Hier ein Brötchen, da ein Schokoriegel und der Fast Food Laden ist in der Nähe der Schule. Das Wort "gesund" will niemand hören, denn das ist uncool. In diesem Workshop erarbeite ich gemeinsam mit den Jugendlichen, was zu einer guten Ernährung in ihrem Alter dazu gehört und wie sie davon profitieren. Wir erarbeiten gemeinsam Strategien und Rezepte und sie lernen, dass gesunde Ernährung nicht bedeutet, dass man keine Schokolade oder keinen Burger mehr essen darf, sondern dass die Mischung wichtig ist.

Sarah Pauls
Präventions- und Gesundheitsberaterin
Fachkommission für Ernährung von Kindern

Dauer: 180 Minuten

Was?

Art des Angebots

Gruppenangebot

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Sarah Pauls

Präventions- und Gesundheitsberaterin

Fachberaterin für die Ernährung von Kindern

Alter des Kindes

10 bis 16 Jahre, 16 bis 18 Jahre

Wann?

Termin(e)

Termine werden individuell auf Anfrage vereinbart

Wo?

Sarah Pauls - Ernährung für Kinder

Johann-von-Asten-Straße 7
52222 Stolberg

Trägerschaft

Sarah Pauls - Ernährung für Kinder

Johann- von - Asten- Str. 7
52222 Stolberg

Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)

Name Kontaktperson

Pauls, Sarah

Telefon

015730764857

Email

sarahpauls@kinderernaehrung.com

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)