



Kinderhilfswerk
Gemeinsam mehr bewirken



MEINE GESUNDE JAUSENBOX!

WORKSHOP MIT BISS ZU AUSGEWOGENER ERNÄHRUNG FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Das Klassenzimmer ist der ideale Raum, um Themen rund um Ernährung und körperliches Wohlbefinden zu besprechen und gemeinsam mit den Schüler*innen, unabhängig von ihrem familiären, sozialen oder kulturellen Hintergrund, Grundwissen zu ausgewogenem Essen zu erarbeiten.

In diesem altersgerecht gestalteten Workshop wird Kindern und Jugendlichen spielerisch vermittelt, dass gesunde Ernährung Spaß macht und gut schmeckt. Ob Lebensmittelkunde, Ernährungspyramide oder Genuss mit allen Sinnen: Die Palette ist breit und bunt. Neben der Freude am Arbeiten in der Küche bekommen die Schüler*innen einfache, alltagstaugliche und schnell zubereitete Rezepte rund um das Frühstück und die Jausenpause mit auf den Nachhauseweg.

PSYCHISCHE GESUNDHEIT FÖRDERN

Österreichweit zeigen bereits fast ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen psychische Auffälligkeiten. Sie leiden unter anderem an **Depressionen, Ängsten oder Verhaltensauffälligkeiten**. Nur jede*r Zweite bekommt professionelle Hilfe.

Gemeinsam mit unseren Unterstützer*innen und Fördermitgliedern sorgt der **Verein Kinderhilfswerk** dafür, dass Kinder, die seelisch und emotional belastet sind, die notwendige Unterstützung erhalten.

Die Teilnahme am Workshop ist **KOSTENLOS!**

Information, Kontakt & Anmeldung

Workshopleitung

Alexandra Steiner
» Dipl. Ernährungstrainerin

Anmeldung

alexandra.steiner@kinderhilfswerk.at
Tel: +43 664 4241224

Ort

Workshops in Schulen in Wien und Umgebung.

Zeitlicher Rahmen

2 Unterrichtseinheiten

Zielgruppe

Für Schüler*innen der Primar- und Sekundarstufe 1

www.kinderhilfswerk.at
[instagram.com/kinderhilfswerk](https://www.instagram.com/kinderhilfswerk)
[facebook.com/kinderhilfswerk.at](https://www.facebook.com/kinderhilfswerk.at)