

## Ablauf der Anmeldung

Diesen Flyer gibt es nur in digitaler Form. Wenn Sie an der Fachtagung Ernährung & Bewegung teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte, unter dem auf der Rückseite stehenden Link, online an. Daraufhin erhalten Sie von uns die Rechnung und eine Mail mit einem Link zur Plattform Eveeno. Dort müssen Sie sich in ihre zwei Wunsch-Themen einbuchen.

Sie erhalten dann ca. 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn von uns eine Mail, an die bei Eveeno hinterlegte Mailadresse, mit dem Link zur Veranstaltung.

Die Veranstaltung wird über die Plattform Zoom laufen. Sie müssen sich nur am Tag selber über den erhaltenen Link aufschalten. Sie werden dann immer automatisch in Ihre gebuchten Phasen geleitet.

Die Teilnahmebescheinigung zur Veranstaltung erhalten Sie im Anschluss per Post zugesandt.



## Fachtagung

**Mittwoch, 09.06.2021 von 09:00 Uhr bis 15:30 Uhr**  
**Digital über Zoom**

**Teilnahme:** 50,00 Euro pro Person  
Umfang 8 Lerneinheiten /Anerkennung PPE und ABK

### Anmeldung online unter

<https://www.sportangebote-steinfurt.de/shop/qualifizierung/sportpraxis/fortbildungen-2-lizenzstufe/bewegungsfoerderung/g2021-3500-31104>

**Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link um sich online in Ihre Wunsch-Phasen einzubuchen!**

**Zugang:** Den Link zur Veranstaltung erhalten Sie, nachdem Sie sich offiziell angemeldet haben und im Anschluss über Eveeno Ihre Arbeits-Phasen gebucht haben, ca. 5 Tage vor Beginn der Veranstaltung, an Ihre bei Eveeno angegebene Mailadresse.

**Zielgruppe:** Mitarbeiter/innen aus Kita, Kindertagespflege und Großtagespflege.

Bilder: Bilddatenbank LSB NRW; Andrea Bowinkelmann

# Fachtagung 2021 „Ernährung & Bewegung“

**Ausbauprogramm des Kreises Steinfurt**

am 09.06.2021 von 09.00 - 15.30 Uhr

digital über Zoom



Mit freundlicher Unterstützung der

## Netiquette

Bitte nehmen Sie möglichst über einen Desktop-PC oder Laptop einzeln und nicht in Gruppen an der Veranstaltung teil.

Bitte melden Sie sich mit Ihrem **Vornamen, Nachnamen und der Institution** an (z. B. „Max Mustermann\_AWO Kita Heuerland Steinfurt“ oder „Erika Mutterfrau\_Kita Regenbogen Laer“).

Bitte nutzen Sie die frühzeitige Öffnung des Konferenzraums ab 08.45 Uhr, um die störungsfreie Bild- und Tonqualität zu überprüfen.

Bitte schalten Sie Ihr Mikrofon während der Veranstaltung **aus**, solange nur zugehört wird.



## Zeitplan

ab 08.45 Uhr	Raum geöffnet
09:00 Uhr	Eröffnung /Begrüßung
09.20 Uhr	Arbeits-Phase I
11.30 Uhr	Mittagspause
13.00 Uhr	Arbeits-Phase II
ca. 15:30 Uhr	Ende der Veranstaltung

*Hinweis:*

*Kleinere Pausen sind in den Arbeits-Phasen möglich und werden von den Referenten zu Beginn geklärt.*

Themen	
1	<p><b>„Schlafen und Ruhen in der Kita - die Übergänge vom Essen zum Schlafen/Ruhen“</b> Der Übergang vom Essen zum Schlafen stellt für Kinder eine besondere Herausforderung dar, da es hier um die schwierige Regulation des Spannungsabbaus geht. Wenn das Mittagessen dann noch unruhig verlief, das Essen vielleicht nicht geschmeckt hat oder bis zum Schlafen gehen zu viel (Warte-) Zeit vergeht, wird es für Kinder immer schwerer sich auf das bevorstehende Schlafengehen einzustimmen. Jetzt geht es darum die Mikrotransition *Essen - Schlafen* im Team zu planen und umzusetzen.</p> <p>Denn eine gute Mikrotransition kann hier einen großen Teil der Regulierungsarbeit übernehmen und die entsprechende Atmosphäre schaffen, welche Kinder für das Schlafengehen oder zur Ruhe finden, benötigen.</p> <p>In diesem Workshop erweitern Sie ihr Methoden-Repertoire zur Planung und Umsetzung dieser spezifischen Mikrotransition. Da sich keine Kita, keine Kindergruppe und auch kein Team gleicht, können wir in diesem Rahmen auch Fragen oder Besonderheiten ihrer Einrichtungsform aufgreifen und gemeinsam Lösungen finden.</p>
	Maren Kramer (Kindheitspäd. M.A.)
2	<p><b>„Achtsam essen - Essen ist mehr als Ernährung“</b> In vielerlei Hinsicht, und grade als pädagogische Fachkräfte, kämpfen Sie vielleicht mit Ihrem theoretischen (Pseudo-)Wissen über eine vermeintlich gesunde Ernährung und die alltäglichen Ernährungspraxis im Kindergarten.</p> <p>In diesem interaktiven Workshop erhalten Sie Einblicke in das Thema „Achtsamkeit und achtsames Essen“.</p> <p>Durch theoretische Einblicke und kleine Übungen haben Sie die Möglichkeit mit sich und Ihrer Ernährung in größerer Tiefe in Kontakt zu kommen. Sie erfahren damit einführende Anregungen wie Sie Ihre Ernährungsgewohnheiten und ggf. Ihre pädagogische Begleitung bereichern können.</p>
	Jeanette Diedenhofen (Dipl. Oecotrophologin)
3	<p><b>„Nahrungsmittelunverträglichkeiten“</b> Was genau sind eigentlich Nahrungsmittelunverträglichkeiten? Gibt es Unterschiede zu Nahrungsmittelallergien? Was genau steckt hinter diesen beiden Begrifflichkeiten und wie äußern sich diese? Können Rosinen wirklich Bauchschmerzen und Tomaten Kopfschmerzen verursachen? Heutzutage gibt es zahlreiche Unsicherheiten und Fragen rund um das Thema Nahrungsmittelunverträglichkeiten.</p>
	Katrin Splinter (B.Sc Oecotrophologin, Ernährungsberaterin/DGE)

Themen	
4	<p><b>„Partizipation bei Mahlzeiten - wie kann es gelingen schon die Jüngsten bei Mahlzeiten zu beteiligen?“</b> Die Mahlzeit in der Kita ist eine „Schlüsselsituation“ im Kita-Alltag und bedeutet eine besondere Herausforderung für Kinder und pädagogische Fachkräfte. „Alltagspartizipation“ wird als Querschnittsaufgabe verstanden! Die Mahlzeit bietet viele Möglichkeiten um dem Kind Partizipation zuzutrauen und zu ermöglichen. Die partizipative Haltung und die Fachkraft/Kind Interaktion werden besonders in den Blick genommen</p>
	Martina Rathmann (Soz.päd. Kindheitspäd. B.A.)
5	<p><b>„Der Vielesser - wenn aus dem Liebling der Köchin ein Sorgenkind wird“</b> Übergewicht im Kindesalter wird gern verharmlost. Doch die Erfahrung zeigt, dass übergewichtige Kinder sehr oft übergewichtig bleiben im Erwachsenenalter und frühzeitig gesundheitsschädigende Folgen wie Gelenkprobleme, Diabetes, Leberhepatitis oder Bluthochdruck entstehen. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit dem sensiblen Thema Adipositas im Kindesalter. Welche Ursachen stecken hinter der Erkrankung und mit welchen Methoden können Erziehende hilfreich intervenieren?</p>
	Elke Möllenkotte (Dipl. Oecotrophologin)
6	<p><b>„Nachhaltigkeit im Kindergartenalltag - Möglichkeiten &amp; Grenzen“</b> Was können wir tun, um den nachfolgenden Generationen eine weiterhin bewohnbare Erde zu hinterlassen? Alle Bereiche unsere Lebens geraten auf den Prüfstand, wenn es heißt, mit den uns zur Verfügung stehenden Ressourcen verantwortlich umzugehen. Jeder einzelne von uns ist aufgerufen, Ideen zur nachhaltigen Gestaltung im eigenen Kontext umzusetzen. Und in welchen Bereichen kann die Bildungseinrichtung Kindergarten/ Kindertagesstätte Nachhaltigkeit leben? Dieser Workshop lädt dazu ein, den Begriff der Nachhaltigkeit zu erörtern sowie im Austausch miteinander die Umsetzungsmöglichkeiten und -grenzen im Kindergartenalltag zu erkennen.</p>
	Elke Sohst (Dipl. Oecotrophologin)
7	<p><b>„Musikalischer Obstkorb - gesunde Ernährung mit Musik, Bewegung &amp; Rhythmik entdecken“</b> Mit Reimen, Liedern und Tänzen erleben wir kreativ und spielerisch die bunte Welt der Gaumenfreude! So macht gesundes Essen Spaß!</p>
	Birgit Lindlage (Musikpäd.)

### Inhaltliche Fragen:

Martina Rathmann

Tel: 02551-833639

rathmann@ksb-steynfurt.de

### Organisatorische Fragen:

Kristin Sandmann

Tel: 02551-833630

info@ksb-steynfurt.de