

# Gesundheitsförderung und Bildung zur Nachhaltigkeit für Mittelschüler in Südtirol

Angebote der Fachschulen für Hauswirtschaft und Ernährung  
Haslach, Neumarkt und Tisens  
Schuljahr 2019/20

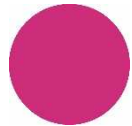


# Inhaltsverzeichnis

<b>Angebot für Schulklassen .....</b>	<b>1</b>
• „Fühlen wie es schmeckt“ in der Mittelschule -.....	1
<b>Angebot für die Klassen am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach .....</b>	<b>1</b>
• Geschmacksschule – Sensorik für Jugendliche .....	1
• Mittelschüler kochen .....	2
• Kochwerkstatt Haslach.....	2
<b>Angebot für Eltern .....</b>	<b>3</b>
• Vortrag zum Thema Ernährung für Kinder und Jugendliche .....	3
<b>Angebot für Lehrer/-innen und Kindergartenpädagoginnen .....</b>	<b>4</b>
• Seminar „Genießen mit allen Sinnen“ .....	4
<b>Informationen und Anmeldung .....</b>	<b>5</b>

# Angebot für Schulklassen

Ziel der Ernährungs- und Gesundheitsbildung ist es, für den Zusammenhang von Lebensmittelqualität, Essverhalten und Gesundheit zu sensibilisieren und einen Beitrag zur Gesundheit und Lebensqualität der Kinder und Jugendlichen als Erwachsene von morgen zu leisten.



## **„Fühlen wie es schmeckt“ in der Mittelschule - Die Leistung fährt Achterbahn – Power für Schule und Freizeit**

Unsere Lehrkräfte kommen zu Ihnen in die Klasse!

2 Unterrichtseinheiten à 1,5 Stunden zu den Themen „5 am Tag“, Pausensnack unter der Lupe

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vitamine und Mineralstoffe
- Produktqualität und regionale Produkte
- Kohlenhydrate
- Leistung und Energie

## Angebot am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach

Sie kommen mit Ihrer Klasse zu uns in die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach!



## **Geschmacksschule – Sensorik für Jugendliche**

1 Unterrichtseinheit à 3 Stunden

In diesem Workshop lernen Schülerinnen und Schüler die Grundgeschmacksrichtungen kennen und versuchen sich als Lebensmitteldetektive. Es gibt dabei spannende Verkostungen, sowie Rätsel zu lösen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Spielerisch-sensorische Übungen
- Training zur gezielten Sinneswahrnehmung und zur Geschmacksbildung



## Mittelschüler kochen

2 Unterrichtseinheiten à 3 Stunden

Schulklassen sind herzlich willkommen in unserer Lehr- und Erlebnisküche unter Anleitung geschulter Fachkräfte zu kochen und zu experimentieren!

Die Schülerinnen und Schüler dürfen selbstständig aus frischen Lebensmitteln leckere Gerichte zubereiten und anschließend ein kleines Menü an einem schön gedeckten Tisch gemeinsam genießen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Kennenlernen von frischen Lebensmitteln und Küchenutensilien
- Grundelemente des Kochens
- Spaß und Freude am gemeinsamen Kochen
- Esskultur



## Kochwerkstatt Haslach

Unterrichtseinheiten à 3 Stunden zu den unten genannten Themen

Schulklassen sind herzlich willkommen in unserer Lehr- und Erlebnisküche unter Anleitung geschulter Fachkräfte zu kochen und zu experimentieren! Die Schülerinnen und Schüler lernen je nach Themengebiet Lebensmittel kennen und erfahren Nützliches bezüglich Herstellung und Zubereitung.

Nach einer kurzen Informationsphase bereiten die Jugendlichen mit frischen Lebensmitteln leckere Gerichte zu und genießen diese anschließend gemeinsam an einem schön gedeckten Tisch.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Informationen zu Lebensmitteln
- Grundelemente des Kochens
- Spaß und Freude am gemeinsamen Kochen
- Esskultur

Folgende Themen stehen zur Auswahl:

- Kochwerkstatt „Nudeln“
- Kochwerkstatt „Hülsenfrüchte“
- Kochwerkstatt „Wintergemüse“

# Angebot für Eltern



## **Vortrag zum Thema Ernährung für Kinder und Jugendliche**

Auf Anfrage bieten wir im Rahmen eines Elternabends einen Vortrag an.  
Wir empfehlen diese Elternveranstaltung als Ergänzung zum Projekt.

Dauer: 1,5 Stunden

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorstellung der Projektinhalte
- Zusammenhang zwischen Essen Genuss und Wohlbefinden
- Lebensmittelqualität
- Tipps für den Alltag und Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch

# Angebot für Lehrer/-innen und Kindergartenpädagoginnen



## **Seminar „Genießen mit allen Sinnen“**

Begleitendes Seminar zur Ernährungsbildung an Südtirols  
Kindergärten und Schulen

Täglich ergeben sich vielfältige Lernsituationen, die wir als Pädagogen aufgreifen können, um die Kinder mit Spaß an die Themen Lebensmittel und Essen heranzuführen und sie so zu sensibilisieren.

### Schwerpunkte des Seminars:

- Warum das Projekt „Fühlen wie es schmeckt“ so wichtig ist
- Übersicht über Möglichkeiten, Ernährungsthemen im Unterricht aufzugreifen, und welche ernährungspsychologischen Aspekte Pädagogen dabei beachten sollten
- Genießen mit allen Sinnen als Voraussetzung für eine optimale Versorgung der Kinder mit qualitativ hochwertigen und nährstoffreichen Lebensmitteln
- Sensorische Grundlagen am Beispiel von Verkostungen
- Ideensammlung für Maßnahmen im Unterricht zum Thema Essen mit Spaß und Genuss

**Referentin:** Petra Heschgl, Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach

**Termin:** Mi 16.10.2019 von 15.00-18.00 Uhr

**Anmeldung** (mit Anmeldeformular, innerhalb 20.09.2019):

- per Fax: an die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach:  
F 0471 440 988
- per E-Mail: an folgende E-Mail-Adresse: [fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it](mailto:fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it)

### **Kursort:**

Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach  
Angela-Nikoletti-Platz 14, 39100 Bozen

Die Teilnehmer/innenzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

# Informationen und Anmeldung

Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen.

**Anmeldeschluss ist der 20. September 2019.**

Die Anmeldungen werden in chronologischer Reihenfolge berücksichtigt.

Die Anmeldung für das Bildungsangebot „**Fühlen wie es schmeckt**“ ist auf beiliegendem Anmeldeformular schriftlich zu tätigen.

- **Anmeldung per Fax:** Füllen Sie das Anmeldeformular aus und schicken dieses an die Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach: F 0471 440 988
- **Anmeldung per E-Mail:** Auf unserer Homepage [www.fachschule-haslach.it](http://www.fachschule-haslach.it) finden Sie die Kurzbeschreibung der Angebote und das entsprechende Anmeldeformular, das Sie an folgende E-Mail-Adresse schicken: [fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it](mailto:fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it)

Für die **Bildungsmaßnahmen, welche am Schulstandort der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach** stattfinden, sind bereits Termine während des ganzen Schuljahres reserviert.

- **Anmeldung dazu per Telefon:** Die Anmeldungen zu den Kochwerkstätten und Kochkursen für Mittelschüler werden telefonisch im Sekretariat der Fachschule Haslach entgegengenommen und Termine vergeben. TEL 0471 440 990

## **Anmeldebestätigung**

Die Bestätigung der Anmeldung und den Termin Ihrer Klasse erhalten Sie via E-Mail.

## **Die Angebote sind kostenlos.**

Die Lebensmittel für das Bildungsangebot „Fühlen wie es schmeckt“ sind von Ihrer Schule zur Verfügung zu stellen. Die Informationen dazu erhalten Sie mit der Terminbestätigung.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung Haslach  
Angela-Nikoletti-Platz 14, 39100 Bozen  
T 0471 440 990, F 0471 440 988  
E-Mail: [fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it](mailto:fs.haslach-ne-ti@schule.suedtirol.it)