



## Maxima Tag – Essen mit Kindern

in Einrichtungen der Elementarpädagogik

Mittwoch, 5. März 2025 um 13:30 Uhr

BSBZ Hohenems | Rheinhofstraße 16 | 6845 Hohenems

**Vortrag:** Das Küchen - ABC im Kindergarten

**Workshops:** Mit allen Sinnen essen

Superorgan Darm

Mit Freude kindgerecht essen

Anmeldung unter: <https://de.surveymonkey.com/r/PS8KX7F>



Nähere Infos zur Veranstaltung sind unter: <https://maxima.or.at/veranstaltungen/>

Der Maxima Tag ist Teil des Programms Maxima der aks gesundheit GmbH und findet jährlich und abwechselnd zu den Themen Ernährung, Bewegung und psychosoziale Gesundheit statt.

## Ablauf

13:30 Begrüßung und Eröffnung

13:40 Vortrag Angelika Kirchmaier

Das Küchen - ABC im Kindergarten

Was für eine nachhaltige und genussvolle Kindergarten Verpflegung zu beachten ist: Von A wie Ablaufdatum, über L wie Lebensmittelverschwendung bis Z wie schonendes Zubereiten.

14:30 Pause

14:45 Workshop Block

1

Mit allen Sinnen essen

Im Workshop geht's um Wintergemüse und Hülsenfrüchte. Mit Infos über die Gemüsesorten, mit einfachen Rezepten für schmackhafte Gerichte und mit praktischem Wissen darüber, wie Kinder generell gerne essen.

Angelika Kirchmaier  
Ernährungsmed.  
Beratung

2

Superorgan Darm

Was heißt darmfit? Magdalena Wetzinger bringt wertvolle Infos zum Superorgan, wie zum Beispiel über das Mikrobiom oder leaky gut. Sie erklärt Krankheitsbilder und Therapie und sorgt mit alltagstauglichen Ernährungsempfehlungen für einfache Möglichkeiten zur Prävention.

Maria-Magdalena  
Wetzinger  
Diätologin

3

Mit Freude kindgerecht essen

Gemeinsame Mahlzeiten spielen im pädagogischen Alltag mit Kleinkindern eine wichtige Rolle. Birgit Kubelka zeigt, worauf es ankommt: Von der entwicklungs-gerechten Begleitung und Gestaltung der Mahlzeiten bis zur freud- und genuss-vollen Esserfahrungen.

Birgit Kubelka  
Diätologin

15:30 Pause

16:00 Wiederholung Workshop Block

17:00 Abschluss

17:15 Ende

## Referent:innen



**Angelika Kirchmaier**  
Ernährungsmed.  
Beratung



**Birgit Kubelka**  
Diätologin



**Maria-Magdalena  
Wetzinger**  
Diätologin

## Veranstaltungsort

Bäuerliches Schul- und Bildungszentrum  
Vorarlberg  
Rheinhofstraße 16 | 6845 Hohenems

Parkplätze befinden sich beim Schul-  
gebäude. Reisen Sie bevorzugt mit  
öffentlichen Verkehrsmitteln an.

[www.vmobil.at](http://www.vmobil.at)