

## Veranstaltungsorte

### **Fürth (alle Kurse):**

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten  
Jahnstraße 7  
90763 Fürth

### **Erlangen (alle Kurse, außer Kochkurse):**

Walderlebniszentrum Tennenlohe  
Weinstraße 100  
91058 Erlangen

### **Die Kochkurse in Erlangen finden statt im**

DHB – Netzwerk Haushalt  
Hauswirtschafts- und Verbraucherzentrum  
Hauptstraße 55  
91054 Erlangen

## Gut zu wissen!

- ✓ **Alle Kurse sind für Sie kostenfrei**
- ✓ Anmeldung bis spätestens 1 Woche vor der Veranstaltung
- ✓ Bitte sagen Sie ab, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen können, damit andere Eltern nachrücken können
- ✓ Maximale Teilnehmerzahl: 12
- ✓ Die Aufsichtspflicht in den Veranstaltungen verbleibt bei den Eltern

## Informationen

Sehr geehrte Eltern, Mütter, Väter, Großeltern,  
sehr geehrtes Betreuungspersonal!

Unser „Netzwerk Junge Eltern/Familien mit Kindern bis zu drei Jahren“ thematisiert das Zusammenspiel von Ernährung und Bewegung im Alltag. Wir schaffen mit diesem Netzwerk im Dienstgebiet unseres Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten einen Raum für Kooperationen von Partnern aus den Bereichen Ernährung und Bewegung.

Damit bündeln wir verschiedene fachliche Kompetenzen und entwickeln im Netzwerk mit diesen Partnern passgenaue Angebote und Programme für die jeweilige Zielgruppe. Wichtig für uns ist die Kombination von Theorie und Praxis mit Anregungen für den Familienalltag.

Detailinformationen bieten unser „Wegweiser“ und unsere Veranstaltungsflyer. Aktuelles finden Sie auf unserer Internetseite oder rufen Sie einfach mal an!

## Kontakt und Anmeldung

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten  
Fürth

Ansprechpartnerin Ernährung  
Frau Irene Meyer  
Tel.: 0911 99715-213

Jahnstraße 7, 90763 Fürth  
Tel.: 0911 99715-0

poststelle@aelf-fu.bayern.de  
www.aelf-fu.bayern.de

Stand: Januar 2014

Impressum: Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten  
(Kontaktdaten siehe oben)  
Bildnachweis: © LfL



Netzwerk  
**Junge Eltern/Familien**  
Ernährung und Bewegung

## Angebote für Familien

mit Kindern bis zu drei Jahren

**Jahresprogramm  
2014**

## Workshops und Kurse 2014

### Kampflplatz Familienesstisch

Die gemeinsame Mahlzeit mit Kindern ist leider nicht immer entspannt und harmonisch. So erlangen Sie mehr Gelassenheit im Umgang mit Gemüseverweigerern, Breiverschmierern und Suppenkaspern. Außerdem: Wie kann ich ohne viel Aufwand eine gesunde Mahlzeit auf den Tisch bringen und gleichzeitig meine Kinder dafür begeistern?

**Referentin:** Ute Ehrck, Dipl.-Ökotrophologin  
**Termine:** Erlangen: Freitag, 28. März 2014  
Fürth: Montag, 31. März 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 11:00 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

### Liebe geht durch den Magen – zum Beispiel mit Obst und Gemüse! Ein Eltern-Kochkurs

Integrieren Sie Obst- und Gemüse der Saison geschickt im Speiseplan. Bei der Zubereitung von zukünftigen Lieblingsgerichten für die ganze Familie erhalten Sie praxisnahe Tipps und Anregungen. Eine Kinderbetreuung wird angeboten.

**Referentin:** Anja Eckert, Referentin für Ernährung und Hauswirtschaft  
**Termine:** Erlangen: Freitag, 11. April 2014  
Fürth: Dienstag, 29. April 2014  
**Zeit:** 9:30 bis 12:30 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

## Workshops und Kurse 2014

### Es muss nicht immer Brezel sein!

Ideen und Anregungen für gesunde Zwischenmahlzeiten.

**Referentin:** Gudrun Stiegler, Diätassistentin  
**Termine:** Fürth: Dienstag, 20. Mai 2014  
Erlangen: Freitag, 23. Mai 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 11:00 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

### Mit dem Essen spielt man nicht? Von wegen ...! Was Knirpse in der Küche spielend lernen können

Durch Einbindung in alltägliche Tätigkeiten können die Kleinen in der „Lernwerkstatt Küche“ vieles spielend lernen. Außerdem erfahren Sie dazu Wissenswertes über Hygiene und Sicherheit.

**Referentin:** Dr. Evelyn Back, Dipl.-Ernährungswissenschaftlerin  
**Termine:** Erlangen: Freitag, 6. Juni 2014  
Fürth: Dienstag, 24. Juni 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 12:00 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

### Wie weit isses noch? Mama, ich kann nicht mehr ...

Interessante Spaziergänge für Kinder. Spazieren gehen gehört mit Sicherheit nicht zu den Lieblingsbeschäftigungen der Kleinen. Eine Schatzsuche macht die Sache da schon viel interessanter. Lassen Sie sich und Ihre Kleinen von unseren Anregungen anstecken und begeistern.

**Referentin:** Jana Ziemainz, Sportpädagogin  
**Termine:** Erlangen: Freitag, 25. Juli 2014  
Fürth: Dienstag, 29. Juli 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 11:00 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

## Workshops und Kurse 2014

### Ran an die Töpfe – Eltern-Kind-Kochkurs

Eltern bereiten zusammen mit ihren Kindern (ab ca. 2 Jahren) geeignete und gesunde Gerichte zu, die auch den kleinen „Feinschmeckern“ am Familientisch gut schmecken. Im Anschluss darf sich dann jeder am selbsthergestellten Mittagssbuffet bedienen.

**Referenten:** Doris Greul-Leuzmann, Referentin für Ernährung und Hauswirtschaft (Fü.)  
Ute Ehrck, Dipl.-Ökotrophologin (Erl.)  
**Termine:** Erlangen: Freitag, 26. September 2014  
Fürth: Dienstag, 30. September 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 11:30 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

### Fliegenklatschenball, Schwammturm, Klopapiermumie – hier kommt keine Lange- weile auf

Bewegung mit Alltagsmaterialien.

**Referentin:** Jana Ziemainz, Sportpädagogin  
**Termine:** Fürth: Dienstag, 21. Oktober 2014  
Erlangen: Freitag, 24. Oktober 2014  
**Zeit:** 9:00 bis 11:00 Uhr  
**Ort:** siehe Rückseite

