

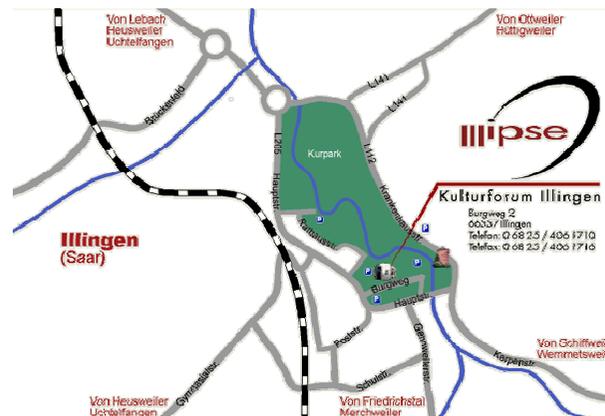


**Gemeinde Illingen**  
Hauptstraße 86  
66557 Illingen  
Tel: 06825/409128  
Fax: 06825/409129

mit dem PKW:



mit der Bahn:



Das Feuer der Bildung  
Gesunde Kinder-  
ernährung -  
ein Fundament  
für´s Leben

**Diese Fachtagung wird als  
Fortbildungsveranstaltung  
vom Ministerium für  
Bildung anerkannt.**

Fr. 10.09.10  
Kulturforum Illipse



**Lust am  
Lernen.  
Geht das?**





## Gute Kindernahrung als Baustein für ein gutes Leben

Warum veranstaltet die Gemeinde Illingen die Fachtagung „Kinderernährung – ein Fundament fürs Leben“? Weil Kinder unsere Zukunft sind und weil sie uns am Herzen liegen. Deshalb haben wir großes Interesse daran, dass es ihnen gut geht – körperlich und seelisch. Gesunde Ernährung und Bewegung sind wichtige Bausteine dafür. Und wenn Essen nicht nur gesund ist, sondern auch schmeckt und mit allen Sinnen genossen wird, steigert dies das Wohlbefinden – und vielleicht auch die Entwicklungschancen. Hochkarätige ExpertINNen aus Medizin, Ernährungsforschung und Sportwissenschaft geben praktische Tipps und vermitteln theoretische Grundlagen. In 9 Workshops wird in der Illipse aktiv gearbeitet. Am Ende werden Sie feststellen: Gute Kinderernährung muss nicht teuer sein und hat positive Effekte fürs Leben.

Armin König  
Bürgermeister

- 08.30 h Ankunft und Anmeldung  
09.00 h Begrüßung  
**Armin König, Bürgermeister**  
09.15 h Grußwort  
**Dr. Simone Peter, Ministerin für Umwelt, Energie und Verkehr**  
09.30 h Gesunde Ernährung als Fundament für's Leben  
**Dr. med. Angelika Thönnies, Kinderärztin, Netzwerk Adipositas Saar**  
10.00 h Was Hänchen nicht lernt...  
Wie Kinder richtig essen lernen  
**Dr. med. Thomas Ellrott, Universität Göttingen, Ernährungspsychologische Forschungsstelle**  
10.30 h Bewegungsmangel und Übergewicht, Hysterie oder Zeitbombe  
**Prof. Dr. Georg Wydra, Universität des Saarlandes, Sportwissenschaftl. Institut**  
11.00 h Kinderernährung gesund und richtig  
**Dr. med. Hardy Walle, Mandelbachtal**  
11.30 h Schulverpflegung im Saarland  
**Vera Lamberts, Oecotrophologin B. SC., Vernetzungsstelle Schulverpflegung Saar**  
12.00 h Bewegen ohne zu denken  
**Marina Schulz, Projektleiterin Adipositas-Programm, DRK Landesverband Saarland e.V.**  
12.30 h Mittagspause  
13.30 h Workshops  
15.00 h Kaffeepause  
15.30 h Können wir Weisheit vom Teller löffeln  
**Prof. Dr. Petra M. Lührmann, Ernährungswissenschaftlerin, pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd**  
16.00 h Ende

**Workshop 1:** Basics aus der Ernährungswissenschaft - von Proteinen, Kohlehydraten und Fetten.

**Dr. med. Alois Junk, Internist und Ernährungsmediziner**

**Workshop 2:** Lecker und gesund essen - auch mit wenig Geld.

**Kurt Haas, Küchenmeister, diätisch geschulter Koch, ctt-Fachklinik St. Hedwig**

**Workshop 3:** Joschi hat's drauf. Nicht vergessen. Gutes Essen.

**Frau Solander (angefragt)**

**Workshop 4:** „Äpfel und Kartoffeln auf Schnitzeljagd“ - Wie gesunde Ernährung über Bewegung vermittelt werden kann.

**Claudia Ruppert, Referentin Gesundheitsförderung, DRK Landesverband Saarland e.V.**

**Workshop 5:** Bildung - Bewegung - Gesundheit: ein Dreiklang.

**Prof. Dr. Georg Wydra, Universität des Saarlandes, Sportwissenschaftl. Institut**

**Workshop 6:** „Essen mit allen Sinnen“ - Sinnesparcours im Kindergarten und in der Schule.

**Franz J. Gigout, LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland e.V.**

**Workshop 7:** Wie lernen Kinder essen? Der Einfluss der Ernährungserziehung auf das Essverhalten von Kindern.

**Brigitte König, Ernährungsberaterin, ctt-Fachklinik St. Hedwig**

**Workshop 8:** Ernährung als Bildungs- und Erziehungsauftrag.

**Prof. Dr. Petra M. Lührmann, Ernährungswissenschaftlerin, pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd**

**Workshop 9:** Super size me  
Filmdokumentation