



Mein Angebot für Schulen und Kindergärten

Mit Freude, Wissen und Geschmack zu gesunder Ernährung



Projekt-Workshops für Kinder:

Individuell abgestimmte Einheiten für jede Altersgruppe – mit Spiel, Spaß und viel Praxis!

Gemeinsam entdecken wir, wie bunt und lecker gesunde Ernährung sein kann.

Dauer: 1-2 Tage je 2 Unterrichtseinheiten

Kosten: € 9,- bis € 15,-/Kind (exkl. KM-Geld)



Eltern-Workshops:

Abende voller Inspiration und Austausch: Mit spannenden Impulsen, Vorträgen & interaktiven Mitmach-Formaten rund um Themen wie gesunde Jause, Zuckerfallen & Alltagstipps.

Dauer: 2-2,5 Stunden

Kosten: € 180,- pauschal (exkl. KM-Geld)



Optimierung von Schulbuffet & Mittagstisch:

Analyse, Beratung & Umsetzung ausgewogener Speisepläne – praxisnah, alltagstauglich & kindgerecht.

Gemeinsam gestalten wir ein Angebot, das schmeckt und stärkt!

Dauer und Kosten: nach Bedarf



Kochworkshops für Kinder & Eltern:

Ob in der Schule oder im Kindergarten – gemeinsam wird geschnippelt, gerührt & probiert! Themen z. B.: „Vegetarisch für Kinder“, „Schnelle Familienküche“, „Süß ohne Zucker“

Dauer: 4 Stunden - Maximal 6-8 Teilnehmer

€ 70,-/Stunde (exkl. LM-Kosten)



Auf Anfrage:

maßgeschneiderte Konzepte für Projektwochen
pädagogisch begleitete Ernährungstage



Tanja Aslan

ERNÄHRUNGSTRAINERIN

☎ 0664/5475990

✉ loeffelgabelherz@gmx.at

🌐 www.loeffelgabelherz.at

