

Modul 4:

Prävention von Nahrungsmittelallergien bei Säuglingen und Kleinkindern

Anhand von Fallbeispielen werden Fragen zum Thema Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten im Säuglingsalter bearbeitet. Dabei wird es u. a. um die Bedeutung des Stillens im Rahmen der Allergieprävention, Beikost, um die Bewertung verschiedener Muttermilchersatznahrung und den Nutzen von Prä- und Probiotika gehen.



Modul 5:

Ernährung von Schwangeren mit SIH/Präeklampsie oder Gestationsdiabetes

Schwangere, die eine schwangerschaftsinduzierte Hypertonie (SIH) aufweisen bzw. eine Präeklampsie entwickeln, erhalten vielfältige Ernährungsempfehlungen. Auf der Grundlage derzeitiger Erkenntnisse zum Entstehungsprozess dieser Erkrankung wird erläutert, in welcher Weise die Ernährung (vor allem vor der Schwangerschaft) das Erkrankungsrisiko reduzieren kann.

Beim Thema Gestationsdiabetes geht es vor allem um die Bewältigung von Problemen bei der Umsetzung von Ernährungsempfehlungen und um Möglichkeiten der interdisziplinären Zusammenarbeit in diesem Bereich.

Modul 6:

Ernährungsberatung – neue Beratungsansätze in Theorie und Praxis

Beratungsgespräche gelingen, wenn man als BeraterIn auf variierende Beratungssituationen, den individuellen Bedarf des/der Ratsuchenden eingeht.

Wie kann ein Konzept der Sinnesschulung und der Blick auf das System im Alltag Anwendung finden?

Im Seminar wechseln sich kurze theoretische Inputs mit Diskussionen, Übungen und Beratungssimulationen (Rollenspielen) ab.



Modul 7:

Fütterstörungen bei Säuglingen

Auf der Basis einer Einführung in das Thema der Regulationsstörungen im Säuglingsalter bietet das Seminar einen Überblick über die Grundzüge der psychologischen Diagnostik, Klassifikation und Behandlung von frühkindlichen Fütterstörungen. Schwerpunkte dabei sind die Abgrenzung vorübergehender Fütter- und Essprobleme im Säuglingsalter von manifesten Fütterstörungen und der Einfluss elterlicher psychischer Belastungen auf die Entstehung kindlicher Fütterstörungen. Zentrale Aspekte der Differentialdiagnostik und Grundlagen der Elternberatung bei Säuglingen mit einem Verdacht auf eine Fütterstörung werden vorgestellt.

www.fokus-frühe-ernährung.de

nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung

gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur

Fokus

Frühe Ernährung



Fortbildungsangebot für

- Hebammen
- Frauen- und KinderärztInnen
- Gesundheitspflegekräfte
- Kinderkrankenpflegekräfte
- ÖkotrophologInnen
- DiätassistentInnen
- ErzieherInnen
- PsychologInnen

➔ Warum

Die Ernährung in der Schwangerschaft hat entscheidenden Einfluss auf die Prägung des kindlichen Stoffwechsels und damit z.B. auf das spätere Adipositas- und Diabetes-Risiko.

Im Säuglings- und Kleinkindalter ist die Ernährung für viele Eltern entweder ein Dauer-Problemthema oder erfährt zu wenig Beachtung.

Individuelle, qualifizierte Eltern-Beratungen können wesentliche Impulse für die Entwicklung eines gesunden kindlichen Essverhaltens geben und widersprüchlichen oder unsachgemäßen Botschaften aus Medien und Industrie entgegenwirken.

Netzwerkarbeit vor Ort und Fortbildungsmodule zum Thema

Fokus Frühe Ernährung sollen dazu beitragen, dass die Ernährungssituation, das Essverhalten und damit auch Gesundheit und Wohlbefinden aller Kinder verbessert werden.

➔ Für wen

Die Fortbildungsreihe richtet sich an ExpertInnen aus dem Gesundheitsbereich und pädagogischen Arbeitsfeldern (Kita + Krippen), die in ihrer Berufspraxis junge Eltern beraten, sich für frühkindliche Ernährung interessieren und ihren Wissensstand in diesem Themenbereich auf der Basis neuester Forschungserkenntnisse aktualisieren möchten. Eine verbesserte berufsgruppenübergreifende Zusammenarbeit im Landkreis wird angestrebt.



➔ Kurse / Module

Modul 1: **Ernährung in der Schwangerschaft**

Themenüberblick: Grundlagen der Ernährung in der Schwangerschaft auf der Basis des aktuellen Forschungsstandes.

- Bewertung von Nahrungs-Supplementen (z.B. Folsäure, Vitamin D, Jod und Eisen),
- pränatale Prägung des Stoffwechsels,
- Umgang mit Ess-Störungen,
- besondere Kostformen (z.B. vegetarische und vegane Ernährung) und
- Vorbereitung auf die Stillzeit.

Modul 2: **Ernährung von Stillenden und Säuglingen**

Vormittags:
kritische Nährstoffe in der Stillzeit, Konzepte zur Vermeidung von Stillproblemen, Diäten in der Stillzeit, „3- Monats-Koliken“.

Nachmittags:
Bewertung verschiedener Ersatznahrungen für Säuglinge, Prävention von Fütterstörungen, Nahrungsmittelallergien und Adipositas im Kindesalter, Prägung von Geschmackspräferenzen in der Säuglingszeit.



Sonderveranstaltung
für
Kita-MitarbeiterInnen

Modul 3: **Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern**

Neben der Pflege, Betreuung und Erziehung ist die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern eine zentrale Aufgabe der pädagogischen Fachkräfte.

Die Ernährung in den ersten Lebensjahren ist besonders prägend für die Geschmacksentwicklung, Vorlieben und Abneigungen werden gebildet. Daneben stellen sich praktische Fragen zur Umsetzung des Essensangebotes und zum pädagogischen Ernährungskonzept in der Krippe.

Worauf muss bei der Zubereitung und Zusammenstellung der Mahlzeiten geachtet werden? Welche Anforderungen an die Hygiene ergeben sich, z.B. wenn Säuglinge abgepumpte Muttermilch erhalten?

Ist selbst gekochter Babybrei besser als Gläschenkost? Wie kann die Beschäftigung mit dem Thema Essen zur Förderung der frühkindlichen Entwicklung genutzt werden? Welche pädagogischen Ansätze sind in diesem Zusammenhang sinnvoll und welche nicht?



Fokus

Frühe Ernährung

Terminübersicht

21.03.2012

VHS-Kurs-Nr. 1213960

Auftaktveranstaltung

15.30 Uhr - EUREGIO-KLINIK, Nordhorn

Prof. Dr. Babitsch, Dr. Brigitte Borrmann, Andrea Krieger-Möller

23.05.2012 - Modul 1

VHS-Kurs-Nr. 1213961

Ernährung in der Schwangerschaft

14.00 - 18.00 Uhr; EUREGIO-KLINIK, Nordhorn

Andrea Krieger-Möller

23.06.2012 - Modul 2

VHS-Kurs-Nr. 1213962

Ernährung von Stillenden und Säuglingen

9.00 - 18.00 Uhr; VHS Grafschaft Bentheim

Andrea Krieger-Möller

12.09.2012 - Modul 3

VHS-Kurs-Nr. 1213963

Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern

(Sonderveranstaltung für Kita-MitarbeiterInnen)

9:00 - 18.00 Uhr; VHS Grafschaft Bentheim

Andrea Krieger-Möller, Annette Liegner

19.09.2012 - Modul 4

VHS-Kurs-Nr. 1213964

Prävention von Nahrungsmittelallergien

14.00 - 18.00 Uhr; EUREGIO-KLINIK, Nordhorn

Insa Raabe-Jost

10.10.2012 - Modul 5

VHS-Kurs-Nr. 1213965

Ernährung von Schwangeren mit SIH/ Praeklampsie oder Gestationsdiabetes

14.00 - 18.00 Uhr; EUREGIO-KLINIK, Nordhorn

PD Dr. med. Frauke von Versen-Höyneck, Dr. Brigitte Borrmann

10.11.2012 - Modul 6

VHS-Kurs-Nr. 1213966

Ernährungsberatung kann Spaß machen - neue Beratungsansätze in Theorie und Praxis

9.30 - 18.00 Uhr; VHS Grafschaft Bentheim

Andrea Krieger-Möller, Insa Raabe-Jost

21.11.2012 - Modul 7

VHS-Kurs-Nr. 1213967

Fütterstörungen bei Säuglingen

14.00 - 18.00 Uhr; EUREGIO-KLINIK, Nordhorn

Walburga Rolfes

Wissenschaftliche Beratung während
der gesamten Durchführung: Andrea Krieger-Möller



Informationen zur Vergabe von Fortbildungspunkten der Berufsverbände bzw. Kammern sind auf der web-page zu finden:

www.fokus-fruehe-ernaehrung.de

Anmeldung zu den Fortbildungsmodulen:

VHS Grafschaft Bentheim,
Bernhard-Niehues-Str. 49, 48529 Nordhorn
Tel.: 05921 8365-0
info@vhs-nordhorn.de

Weitere Informationen und Koordination:

Büro für Selbsthilfe und Gesundheitsförderung
Landkreis Grafschaft Bentheim,
Annegret Hölscher, Tel. 05921-961867,
E-Mail: annegret.hoelscher@grafschafft.de

Kosten: (inklusive Verpflegung)

Halbtagesmodule 40,00 €

Ganztagesmodule 80,00 €

Gemeinsam für Familien und Gesundheit in der Region:

Landkreis Grafschaft Bentheim
EUREGIO-KLINIK
Büro für Selbsthilfe und Gesundheitsförderung
VHS Grafschaft Bentheim
Nifbe Netzwerk Südwest
Universität Osnabrück,
Fachbereich Humanwissenschaften

Kooperationspartner im Transfer:



nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung
Regionalnetzwerk SüdWest



Büro für
Selbsthilfe
und Gesundheit



gefördert durch:



**Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur**