

## Angebote für Schulen zum positiven Körperbild

Die Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich unterstützen Schulen mit diversen Angeboten bei der Umsetzung des Themas «positives Körperbild». Eine Übersicht finden Sie unter [vsz.intranet.stzh.ch](https://vsz.intranet.stzh.ch)

### Weitere Fragen?

Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich

Telefon 044 413 88 43

[sg.ssd@zuerich.ch](mailto:sg.ssd@zuerich.ch)



 **Stadt Zürich**  
Schulgesundheitsdienste

Bitte  
frankieren

Stadt Zürich  
Schulgesundheitsdienste  
Alexandra Papandreou  
Parkring 4, Postfach  
8027 Zürich

Gesundheitsförderungsangebot für Betreuungseinrichtungen

## «PEP Gemeinsam Essen»

Teamweiterbildung und  
Qualitätsentwicklung



# «PEP Gemeinsam Essen»

## Teamweiterbildung zu psychosozialen Aspekten von Essen in Gemeinschaft

Gesund Essen beinhaltet nicht nur was wir essen, sondern auch wie wir essen (Tischkultur, Atmosphäre, Tischregeln). «PEP – Gemeinsam Essen» unterstützt Betreuungseinrichtungen mit Teamweiterbildung, Beratung und Supervision zu psychosozialen Aspekten von Essen in Gemeinschaft.

### Warum «PEP Gemeinsam Essen»?

Die schulische Betreuung hat neben dem Elternhaus einen prägenden Einfluss auf die Bildung von Essgewohnheiten und die Entwicklung eines gesunden Essverhaltens der Kinder. Beim gemeinsamen Essen treffen sich Kinder und Erwachsene aus verschiedenen Alltags- und Unterrichtssituationen mit unterschiedlichen Bedürfnissen. Die Beziehungen untereinander werden von Stimmungen beeinflusst, die sich auch auf den Appetit auswirken.

### Inhalt und Ziele

In der Team-Weiterbildung werden pädagogische Fragen rund ums Essen aufgegriffen.

Zum Beispiel:

- ▶ Wie können Erwachsene beim Essen eine beziehungs-fördernde Haltung unterstützen und vertiefen?
- ▶ Was sind gute Abläufe? Welche Regeln sind hilfreich, welche nicht? Welche Gewohnheiten gibt es zu überdenken?
- ▶ Müssen Kinder alles probieren? Dürfen sie Essen auf dem Teller zurücklassen? Warum ja? Warum nein?
- ▶ Wie reagieren Erwachsene auf Kinder, die nicht essen oder zu viel essen?

Die reflektierte Haltung, Regeln und Rituale werden im Betreuungskonzept sowie im pädagogischen Leitbild der Betreuungseinrichtungen aufgenommen.

### Zielgruppe

Betreuungseinrichtungen der Stadt Zürich

### Umfang

Team-Weiterbildung (3.5 Std.) und Erfahrungsaustausch (2.5 Std.), im Abstand von 3-4 Monaten

### Leiter/in der Weiterbildung

Die Weiterbildung wird von einer Fachperson der Fachstelle PEP (Prävention Essstörungen Praxisnah / [www.pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch)) durchgeführt.

### Kosten

Die Teamweiterbildung kostet für die Betreuungseinrichtung CHF 650.-. Dies entspricht einem Viertel der Gesamtkosten; der Rest wird von den Schulgesundheitsdiensten der Stadt Zürich getragen.

### Weitere Angebote

Ein Handbuch, ein Poster sowie weitere Dokumente wie Kopiervorlagen und eine Literaturliste stehen allen Interessierten auf der Website [www.pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch) kostenlos zur Verfügung.



## Anmeldung

### Teamweiterbildung «PEP Gemeinsam Essen»

Vorname: .....

Name: .....

Betreuungseinrichtung, Funktion: .....

E-Mail: .....

Telefon: .....

Wann erreichbar: .....