Gesundheitsmodul

Praxis-Workshop „Kalte Küche“

Der Workshop beginnt mit einem Impulsvortrag. In den anschließenden Gruppenarbeiten werden die Ernährungsgewohnheiten der Teilnehmenden unter die Lupe genommen, damit diese ein Verständnis für gesunde Ernährung entwickeln.

Workshop Küchenpraxis Der Transfer in den Berufsalltag wird in der Küchenpraxis mit Rezepten für die gesunde Verpflegung erreicht, zum Beispiel:

- Milchshakes – Milch trifft Obst; Snacks für zwischendurch
- Wraps – Brot und Frischkost einmal anders zubereitet

Auf Wunsch wird der Workshop durch den Einsatz eines eigens entwickelten Ernährungs-Quiz auf Basis eines Alexa-Skills, inklusive der notwendigen Hardware, unterstützt.