

Inhaltsverzeichnis der Tool-Box

Material-Kiste:

Allgemeine Informationen

| Titel | Format | Herausgeber |
|--|---------------------------|--|
| Die Nährwerttabelle | Broschüre | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) |
| Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE | Broschüre | DGE |
| Die Nährstoffe – Bausteine für Ihre Gesundheit | Broschüre | DGE |
| Die Ernährungspyramide | DIN A5-Karte (abwaschbar) | Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) |
| Gemüse und Obst | Flyer | DGE |
| Ballaststoffe | Flyer | DGE |
| Hülsenfrüchte | Flyer | DGE |
| Vegan essen – klug kombinieren und ergänzen | Flyer | DGE |
| Wasser trinken | Flyer | DGE |
| Aufgetischt! Wegweiser für Ernährung, Einkauf & Lebensmittel | Broschüre | Bundeszentrum für Ernährung (BZE) |
| Der Saisonkalender Obst und Gemüse | Taschenkalender | BZE |
| Der Saisonkalender Obst und Gemüse | Poster | BLE |
| Gemüse und Obst immer dabei | Notizblock | BZE |
| Mein Essen – unser Klima | Broschüre | BLE |

Informationen zu Lebensmittelkennzeichnung und -sicherheit

| Titel | Format | Herausgeber |
|-------------------------|-----------|---|
| Achten Sie aufs Etikett | Broschüre | Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) |
| Allergenkennzeichnung | Flyer | BLE |
| Essen - aber sicher | Broschüre | BLE |

Essen und Trinken im Alter und bei Erkrankungen

| Titel | Format | Herausgeber |
|---|-----------|-------------|
| Essen und Trinken im Alter! | Broschüre | DGE |
| Essen und Trinken bei Kau- und Schluckstörungen | Broschüre | DGE |
| Genussvolle Rezepte bei Kau- und Schluckstörungen | Broschüre | DGE |

Projekt „Einfach, lecker und gesund essen – das kann ich!“

Informationen in Leichter Sprache

| Titel | Format | Herausgeber |
|-------------------------------|---------------|-----------------------------|
| Gesundes Essen leicht gemacht | Broschüre | Lebenshilfe Rheinland-Pfalz |

Grüner Ordner:

Power-Point-Präsentation zur Multiplikatoren-Schulung

| Thema | Format | Autorin |
|--|---------------|---|
| Modul 1: - Bedeutung einer vollwertigen Ernährung - Entwicklung des Ernährungsverhaltens | Kopie | Brigitte Bücking (Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie - BIPS) |
| Modul 2: - So funktioniert vollwertige Ernährung – gesundheitsförderliche Lebensmittelauswahl | Kopie | Brigitte Bücking (BIPS) |
| Modul 3: - Lebensmittelauswahl gesunder Tag – Zusammenstellung von ausgewogenen Mahlzeiten - Einkaufsplanung und –durchführung | Kopie | Brigitte Bücking (BIPS) |
| Modul 4: - Gruppenversorgung – Zusammenstellung von ausgewogenen Mittagsmahlzeiten | Kopie | Brigitte Bücking (BIPS) |
| Modul 5: - Küchenpraxis – Zubereitung und Verkostung von ausgewogenen Speisen | Kopie | Brigitte Bücking (BIPS) |

Didaktisches Material

| Titel | Format | Herausgeber |
|--------------------------------------|---------------------|--------------------------------------|
| Dreidimensionale Ernährungspyramide | Bausatz | DGE |
| Die Ernährungspyramide | Didaktisches Poster | BLE |
| Gesund essen und trinken – 10 Regeln | Poster | DGE und Special Olympics Deutschland |

Projekt „Einfach, lecker und gesund essen – das kann ich!“

Informationen in Leichter Sprache

| Titel | Format | Herausgeber |
|--------------------------------------|---------------|--------------------------------------|
| Gesund essen und trinken – 10 Regeln | Info-Blatt | DGE und Special Olympics Deutschland |
| Wasser trinken und gesund bleiben | Info-Blatt | DGE und Special Olympics Deutschland |