

# Nudging – Der Stups zur gesunden Essenswahl

## Seminar-Ziel:

Ob in der Schule, im Betriebsrestaurant oder Zuhause – die Wahl unserer Mahlzeiten und Getränke wird durch verschiedene Faktoren beeinflusst.

Mit dem neuen Ansatz des „Nudgings“ soll bei der Essens- und Getränkewahl der Stups in die richtige Richtung gelingen. Im Fokus steht dabei die Umgestaltung der äußeren Umstände sowie eine leichte Veränderung in der Speisenpräsentation und im Angebot. Den Tischgästen in der Gemeinschaftsverpflegung soll dadurch eine gesundheitsförderliche Auswahl ermöglicht werden. Besonders wichtig dabei ist der Erhalt der Entscheidungsfreiheit.

Im Seminar erhalten Sie theoretische sowie praktische Einheiten, wie die Umsetzung in der Praxis erfolgen kann.

## Seminar-Inhalt:

- Attraktiv und lecker – Ausrichtung der Verpflegung an den Empfehlungen
- So stupst es sich richtig – Handlungsempfehlungen zur Umsetzung
- Praktische Umsetzung mit Tipps für das Speisenangebot und Präsentation in der Gemeinschaftsverpflegung
- Betriebsbesichtigung

## Zielgruppe:

Hauptzielgruppe sind alle die sich in der Einrichtung mit dem Thema Verpflegung beschäftigen, z.B. Küchenleiter/-innen, Küchenmitarbeiter/-innen, Mitarbeiter/-innen der Hauswirtschaft

## Wann empfehlen wir Ihnen dieses Seminar?

Wenn Sie ihr Wissen rund um eine ausgewogene Ernährung vertiefen oder auffrischen wollen und den Ansatz des „Nudgings“ kennenlernen möchten.



## Referenten:

Kerstin Riedel

Diplom-Oecotrophologin  
Ernährungsberaterin für Unternehmen und für Werkstätten für behinderte Menschen

Nicole Norda

B. Sc. Oecotrophologie  
Ernährungsberaterin für Unternehmen

Karsten Lösing

Betriebsleiter im apetito Communications  
Centrum

## Ort und Termin:

apetito Communications-Centrum,  
Rheine

5.11.2020

10:00 – 15:30 Uhr

## Teilnahmegebühr:

apetito Kunden erhalten einen Sonderpreis von 75,00 Euro zzgl. MwSt., für Interessenten berechnen wir 170,00 Euro zzgl. MwSt.

## Was ist im Preis inbegriffen?

Referentenleistungen, Seminarunterlagen, alle Mahlzeiten und Getränke während des Seminars und ein persönliches Zertifikat.



Gern führen wir dieses Seminar auch als Inhouse-Seminar direkt bei Ihnen durch. Hierfür berechnen wir eine Gebühr von 890,00 Euro pro Tag, zzgl. 180,00 Euro Spesenpauschale und MwSt. Weitere Informationen zu Inhouse – Seminaren finden Sie auf der Seite 42.