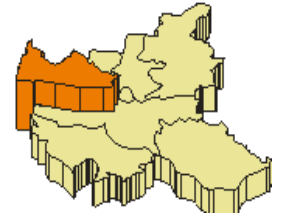


# BEA Eimsbüttel      BEA Altona



Bezirkselfternausschuss Kindertagesbetreuung

Die gewählte Vertretung der Eltern mit Kindern  
in Krippe, Kita, und Schule mit GBS-Nachmittagsbetreuung

## Protokoll der BEA-Sitzung Altona und Eimsbüttel am 26.02.2020

**Teilnehmer:** Vorstand/Sitzungsleitung: Sven Gräpel, Sarah Scheppat, Katrin Phoa  
7 Delegierte aus Eimsbüttel  
4 Delegierte aus Altona

### TOP Vortrag Ernährung

- Vorstellung der Barmer durch Frau Bagan
- Vortrag „Ernährung“ von Frau Katrin Kleinesper
  - Energiebedarf nach DGE und WHO
  - Nährstoffverhältnis 3-6 Jährige
  - Flüssigkeitsaufnahme
  - Mahlzeiten: 5 Stück/Tag: 2 kalte Hauptmahlzeiten, 2 Zwischenmahlzeiten, 1 warme Hauptmahlzeit
  - Zwischenmahlzeiten in der Krippe
  - Beispiele Anfang, Übergang, Ziel
  - Mahlzeiten in der Kita
  - Körpergefühl
  - Gesund ist, was Spaß macht
  - Naschen für die Wissenschaft
  - Selbstkontrolle statt Rationalisieren
  - Studie mit 37 Kindern über Naschverhalten
  - Geschmacksgewöhnung, bis zu 10 x probieren, bis etwas eventuell schmeckt
  - Häufigste Ernährungsfehler: zu viel Fett, zu viel Kalorien + Zucker, zu wenig Kohlenhydrate
  - Kohlenhydrate- und Fett-Spiel
  - Lebensmittelspiel/Ampelspiel



### **TOP Verschiedenes/Austausch über:**

- Berichte aus der letzten LEA-Sitzung vom 21. Januar 2020
- Bericht von der letzten Bildungskonferenz, kurze Zusammenfassung durch Sven Gräpel
- Bericht aus dem Jugendhilfeausschuss durch Sven Gräpel (Thema: Hörgensweg)

gez. Sarah Scheppat  
(Vorstand BEA Eimsbüttel)

Die nächste **BEA Sitzung** findet am **25.03.2020** statt.

Alle interessierten BEA-Delegierte, Elternvertreter und Eltern sind herzlichst eingeladen!

**Kontakt:** [info@bea-eimsbuettel.de](mailto:info@bea-eimsbuettel.de) oder [www.bea-eimsbuettel.de](http://www.bea-eimsbuettel.de)  
[info@bea-altona.de](mailto:info@bea-altona.de) oder [www.bea-altona.de](http://www.bea-altona.de)

**Anfahrt Hamburg-Haus:** U2 bis Emiliestraße oder Metrobus-Linien 20 und 25 bis „Fruchtallee/Hamburg-Haus“