



Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch



Grüezi mitenand...

Herzlich Willkommen zum Kurzinput zu PEP-Gemeinsam Essen

Netzwerk- und Weiterbildungstreffen
Fourchette verte - Ama Terra

03.09.2024

Wer bin ich?



- Rahim Lascandri
- Aarau

Was tue ich?

- Fachstelle K&F Ennetbaden
- OdA Sozialberufe Zürich
- Mandat für PEP-Gemeinsam Essen Weiterbildungen
- Systemisch,- Lösungsorientierter Kurzzeitberater (Coach)





Wer steckt hinter PEP?

- Die Fachstelle PEP ist am Inselspital Bern angegliedert
- Finanziell wird die Fachstelle von der Gesundheits- Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern unterstützt
- Die diversen PEP-Angebote werden von Gesundheitsförderung Schweiz, von Kantonen und weiteren Trägerschaften unterstützt



Auftrag - Information und Sensibilisierung

- Die Fachstelle PEP informiert, sensibilisiert und berät zu Essverhaltensstörungen, Adipositas, Muskel- und Fitnesssucht
- Für unterschiedliche Zielgruppen werden niederschwellige Beratungsangebote angeboten
- Durchführung von Informations-, Sensibilisierungs- und **Präventionsveranstaltungen**



Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch



Angebote zu PEP – Gemeinsam Essen

- In Tagesschulen und Kindertagesstätten werden Teamweiterbildungen, Beratung und Supervision zu Ess- und Tischkultur und Qualitätsentwicklung beim gemeinsamen Essen angeboten
- Diese werden im Kanton Aargau durch die Fachstelle K&F angeboten und von Rahim Lascandri durchgeführt

Fokus der Teamweiterbildung *PEP-Gemeinsam Essen*

Werte, Haltungen und Beziehungsgestaltung,
während Mahlzeiteinnahmen





Wie ist diese Teamweiterbildung aufgebaut?

- Das Weiterbildungsangebot besteht aus zwei Modulen im Abstand von ca. drei bis vier Monaten
- Beide Module finden samstags von 8.30 – 12.00 Uhr statt
- Prozesse und Ergebnisse werden dokumentiert und an die Leitung gesendet
- Links, Buchtipps, Unterlagen, kreative und ausgewogene Zwischenmahlzeitideen sind inbegriffen



Was bringt mir / uns diese Teamweiterbildung?

- Interaktiver Aufbau und fachkundige Begleitung / Moderation
- Dadurch haben die MA Zeit, ihre Biografie und Haltung zu reflektieren, sich dazu auszutauschen, sowie *unterschiedliche* Haltungen und Werte zu erfahren

Zeit um...

- ... als Team aktuelle Regeln und Strukturen zu reflektieren
- ... die Ist-Situation zu analysieren
- ... *gemeinsame* Haltungen und Werte, festzulegen



Was bringt mir uns diese Teamweiterbildung?

Zeit um...

- ... über Vorhaben zu diskutieren, diese auszuprobieren und evtl. zusätzliche Veränderungen anzustreben / umzusetzen
- ... Umgesetztes, Ausprobiertes zu reflektieren, ein Fazit zu ziehen und gemeinsam das weitere Vorgehen festzulegen
- ... sich mit aktuellen, wissenschaftlich abgestützten Informationen, im Umgang mit Esssituationen (Kind will nichts essen, Unruhe am Tisch, etc.) zu vertiefen



Was bringt den Kindern diese Teamweiterbildung?

Sie erfahren...

- ... (vielleicht) mehr Verständnis für ihr Verhalten
- ... eventuell das Geniessen von mehr Autonomie und Partizipation
- ... möglicherweise weniger Druck, mehr Gelassenheit von Seiten der Erwachsenen.
- ... vielleicht zu spüren, dass die Beziehungsebene im Gegensatz zu den Lebensmitteln mehr an Bedeutung gewinnt.
- ... dass die Mahlzeitsituation von ALLEN als entspannter wahrgenommen werden

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch



Danke für Ihre Aufmerksamkeit... 😊

Gerne stehe ich Ihnen anschliessend für Fragen zur
Verfügung