



Ines Pfeifer EMB®

Ärztlich geprüfte, ganzheitliche
Ernährungs-, Mental- und Bewegungsberaterin

Am Ring 6
85298 Scheyern
Telefon 08441 794701
Mobil 0172 8804870
information@emb-beratung.de
www.emb-beratung.de



Wir leben nicht,
um zu essen.
Wir essen,
um zu leben.

Sokrates



Ines Pfeifer EMB® Ernährungs-, Mental- und Bewegungsberaterin



Unsere Kinder wachsen in einer Welt knallbunter Verlockungen auf. Bewegungsmangel, Überernährung und ein übervoller kindlicher Terminkalender belasten den jungen Organismus. Dabei ist es kinderleicht, auf seinen Körper zu achten und sich natürlich und ur-gesund zu ernähren.

*Gesund an Körper, Geist und Seele!
Schule und Kindergarten
tragen dazu bei*

Körperbewusstsein und Gesundheitsförderung sind in den Präventionskonzepten für Kindertagesstätten und Schulen der Bayerischen Staatsregierung verankert. Als EMB®-Beraterin unterstütze ich den bestehenden Programm- bzw. Unterrichtsfahrplan Ihrer Einrichtung: www.emb-beratung.de

Workshop-Module nach Bedarf

In meinen variablen Workshop-Modulen biete ich ganzheitliche und kindgerechte Sinnes-Erlebnisse an, aus denen Sie nach Bedarf auswählen können:

Gesundheit fängt beim Bewusstsein an

Abenteuer Körper – Wie funktioniere ich?

Mit Wahrnehmungsübungen den Körperfunktionen auf der Fährte

Was passiert zwischen Teller und Toilette? Das Wieso? Weshalb? Warum? in unserer Verdauungsfabrik

Kreativ-Werkstatt am Kochtopf

Ein Erlebnis für alle Sinne

Winterstark und sommerleicht

Wie kann ich mein Immunsystem stärken?

In einem kleinen Apfel ...

Experimentelle Thementage rund um ein gesundes Lebensmittel

So lernt sich's prima

Nahrung für das Gehirn

Kulinarische Wald- und Wiesenbegehungen

Köstlichkeiten aus der Kräuterküche der Natur

Wissen, was drin ist

Fantasievolle Süßigkeiten selbst gemacht

Fitmacher für die Brotzeitdose

Begleitende Workshops und Fachvorträge

für Eltern, Erzieher und/oder Lehrer

Fortbildungen für das Erzieherteam

Fachliche Unterstützung

Vorbereitung und ggf. Begleitung bei Elterngesprächen

Gemeinsame Erarbeitung von Argumenten

Was man aktiv tut, prägt sich ein

Mit Forschergeist und kindlichem Experimentierdrang im Gepäck erleben die Kinder ihren Körper. Sie werden sich seiner Funktionen bewusst und lernen ihre gesunde Lebensführung selbst zu übernehmen. Fit, aktiv und gesund bleiben – ein Leben lang.

