



9:00-11 Uhr:

Trinkstand „Pimp your Drink!“

TRINKST DU WAS(SER)?

Motivation für Studierende, mehr Wasser zu trinken und Trinkverhalten zu verbessern; Bewusstsein schaffen für Plastikflaschen-Verzicht; inkl. Gewinnspiel!

Saisonales Kochbuch für StudentInnen:

Studierende zum Selber-Kochen anregen anhand eines selbst gestalteten Rezeptbuches
 → am 13.1. Kochbuch-Ausstellung und Kurzbefragungen der Studierenden

„PH-Snack-T“

... auf Instagram

- über Ernährung informieren
- gesunde Rezepte posten
- Fragen zu Ernährung beantworten
- Alternativen vorstellen
- Wünsche der Studierenden entgegennehmen (bereits aktiv; ab 7. Jänner Flugblatt-Promotion)

11:30-13.30 Uhr:

Stufeninstallation

„Eine Woche essen nach der Ernährungspyramide – für AUFSTEIGER“

Rezeptvorschläge nach den Empfehlungen der österreichischen Ernährungspyramide auf den Stufen der Gebäudetreppe, inklusive Informationsplakate; Rezepterhalt via QR-Code;
 → Evaluierungsinterviews am 13.1. (ab 7. Jänner aktiv)

„PH Food News“ – Rezept der Woche

Wöchentliche Rezeptinspiration in Form von leicht umsetzbaren Rezepten auf Postern (Fokus Saisonalität, Regionalität, einfache Umsetzung, Nachhaltigkeit & Bewusstseinsförderung)
 → am 13.1. Stand mit Rezept bzw. Infobox, Hinweis auf Instagram-Seite

Ernährungspyramide „to go“

Plakate mit der Ernährungspyramide in Adventskalender-Art im Haus; Broschüren „to go“ (bereits aktiv)
 → am 13.1.: stationärer Betrieb mit Bausteinsystem, Umfrage

13.01.2020

STUD•EAT

Ernährungsorientierte GESUNDHEITSFÖRDERUNGSKAMPAGNE am PHSt-Campus^{NORD}

Am Montag, dem 13.1.2020, werden Studierende des Unterrichtsfaches „Ernährung, Gesundheit und Konsum“ einzelne Schwerpunkttaktionen zum Thema „ERNÄHRUNGSORIENTIERTE GESUNDHEITSFÖRDERUNG AM CAMPUS“ präsentieren, die sie in insgesamt sechs Teams im Rahmen der Lehrveranstaltung „Theorie und Praxis der Gesundheitsförderung“ erarbeitet haben.

Im Foyer der Aula am **Hasnerplatz 12** sowie an diversen Standorten im Haus wird von ca. 9.00 - 13.30 Uhr (teilweise schon in den Wochen davor) Folgendes zu entdecken sein:



Pädagogische Hochschule Steiermark

