

Enorm In Form Junior Termine Wintersemester 2025/26



Enorm in Form Kennenlern Nachmittag

Wann: Sonntag, 28.09.2025 (14-17 Uhr)

Wo: Volksschule Dunantgasse 2; im 21. Bezirk.

Was?	Wann?	Wo?	Bitte mitbringen
Ersttermin Ernährung	Individuelle Terminvereinbarung unter 05 0766-114365	GZ Favoriten (Anmeldung Schalter 1. OG)	E-Card Kind Zuweisung Ess-Trink-Tagebuch Gesundheitspass
Modul 1: Das Geheimnis der Ernährungspyramide + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 22.09.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox
	Gruppe 2 (Erbse): Di 23.09.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)		
Modul 2: Einkaufstraining + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 13.10.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox
	Gruppe 2 (Erbse): Di 14.10.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)		
Modul 3: Frühstück und Jause + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 03.11.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox
	Gruppe 2 (Erbse): Di 04.11.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)		
Modul 4: Süßes und Fastfood + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 24.11.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox

	Gruppe 2 (Erbse): Di 25.11.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)		
Modul 5: Getränke + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 15.12.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie) Gruppe 2 (Erbse): Di 16.12.2025 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox
Modul 6: Abschlussquiz / Buffet + Psychosoziales	Gruppe 1 (Karotte): Mo 12.01.2026 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie) Gruppe 2 (Erbse): Di 13.01.2026 12:15-14:15 (Ernährung + Psychologie)	GZ Favoriten Schulungsraum 1. OG	E-Card Kind E-Card Elternteil Gesundheitspass Ernährungsmappe Leere Jausenbox
Checkup-Termin	Nach 3 Monaten (individuelle Terminvereinbarung unter 05 0766-114365	GZ Favoriten (Anmeldung Schalter 1. OG)	E-Card Kind Ess-Trink-Tagebuch Gesundheitspass Ernährungsmappe
Abschlusstermin Ernährung	Nach Besuch aller 6 Module (individuelle Terminvereinbarung unter 05 0766-114365	GZ Favoriten (Anmeldung Schalter 1. OG)	E-Card Kind Ess-Trink-Tagebuch Gesundheitspass Ernährungsmappe

Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen!
Das ENORM IN FORM Team

Terminänderungen vorbehalten! An Feiertagen finden keine Gruppeneinheiten statt.



Am Ende des Semesters findet ein gemeinsames
Abschlussfest statt.