



Es hat noch
freie Plätze

Bewusst ernähren – einfach, nachhaltig, gut

Das Modul **BP 05 Ernährung und Verpflegung** richtet sich an alle, die sich für eine gesunde, nachhaltige und praxisnahe Ernährung im Haushalt interessieren. Was erwartet Sie? In diesem abwechslungsreichen Modul lernen Sie:

- **Fundiertes Ernährungswissen:** Nährstoffe (Fette, Proteine, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe), sekundäre Pflanzenstoffe, Wasser und Zusatzstoffe
- **Energie- & Nährstoffbedarf:** abgestimmt auf verschiedene Personengruppen
- **Analyse des Lebensmittelangebots:** bewusste Auswahl, Lagerung und Verarbeitung für mehr Nachhaltigkeit
- **Verpflegungsplanung:** bedürfnisorientierte, saisonale und regionale Menüplanung
- **Küchenpraxis:** fachgerechtes, effizientes und hygienisches Arbeiten bei der Zubereitung von Gerichten

Das Modul ist Teil der Ausbildung zur Bäuerin bzw. zum bäuerlichen Haushaltleiter, steht aber auch allen Interessierten als eigenständige Weiterbildung offen.

Ernährung und Verpflegung - Modul BP 05

Grundlagenmodul – Teil 1

Start	Do, 07.05.2026 bis Do, 24.09.2026
Dauer	14 Halbtage
Zeit	07.45-12.30 Uhr
Ort	BBZN Sursee, Centralstrasse 21, 6210 Sursee
Leitung	Clara Helfenstein, BBZ Natur & Ernährung
Kosten	CHF 1'200.00 pro Person (exkl. Lehrmittel und Material)

Vertiefungsmodul – Teil 2

Start	Do, 15.10.2026 bis Do, 03.12.2026
Dauer	8 Tage
Zeit	08.30-16.30 Uhr
Ort	BBZN Sursee, Centralstrasse 21, 6210 Sursee
Leitung	Paula Furrer-Amrein, BBZ Natur & Ernährung
Kosten	CHF 1'200.00 pro Person (Lehrmittel von Teil 1, exkl. Material)

Weitere Informationen

Fragen Sie uns – wir beraten Sie gerne individuell, persönlich und kostenlos.
Ausbildungsleitung Andrea Bieri, Tel. 041 485 88 40, Mail andrea.bieri@sluz.ch,
oder im Internet www.bbzn.lu.ch/bfa.

Wir freuen uns auf Sie!