



Aus der Kursreihe „Gemeinsam Wachsen“ der AOK PLUS:

„Gesunder Familientisch“

am 31. Mai 2023 von 15-17Uhr

im Familienzentrum des Dt. Kinderschutzbundes KV SOE e.V.
in Dippoldiswalde

Liebe Eltern,

ihr Kind hat erste Erfahrungen mit der Beikost gemacht und es steht der Übergang zur Familienkost an. Aber wie viel muss ein Kind wovon essen und wie schafft man es im Alltag eine gesunde und vielfältige Ernährung umzusetzen?

Gemeinsam mit Frau Hahnewald (Dipl. oec. troph. (FH)) vom TUMAINI-Institut Dresden wollen wir uns einen gesunden Familientisch decken und anschließend gemeinsam verkosten. Dabei geht es nicht nur darum, den Kindern einen Sinn für gesunde Ernährung mitzugeben. Auch regelmäßige Routinen, das Essverhalten und die Atmosphäre beim Essen sind wichtige Punkte für gesunde Kinder.

Kosten: 1€

Wir bitten um vorherige Anmeldung
per Mail: maria.irmscher@kinderschutzbund-soe.de oder
Telefon: 0176 76716707



Wir freuen uns auf Sie!

Familienzentrum Deutscher Kinderschutzbund KV Sächsische Schweiz Osterzgebirge e.V.

Weißeritzstraße 30, 01744 Dippoldiswalde

In Kooperation mit der

