

## **Vom Brei zum Familientisch - den Übergang entspannt gestalten** **Vortrag für Eltern von Babys und Kindern**

**Di 17.01.2023, 18.00 - 19.30 Uhr**

**Ort:**

Online-Veranstaltung

Die B(r)eikost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen. Und das Interesse Ihres Kindes, am Familientisch mitzuessen, wächst. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich gut eignen und auf welche Sie am Anfang noch verzichten sollten. Außerdem lernen Sie die Ernährungspyramide als hilfreiches und praxistaugliches Modell kennen. Damit der Übergang entspannt gelingen kann, ist es wichtig, das natürliche Essverhalten Ihres Kindes zu kennen und zu fördern. Informationen und Tipps hierzu runden die Veranstaltung ab.

weitere Termine:

Di. 28.02./ 11.07.23 und Mi. 25.10.23 jeweils 14 Uhr - 15.30 Uhr

Di. 18.04./ 25.07./ 19.09.2023 jeweils 18 Uhr - 19.30 Uhr

Mi. 24.05.2023 von 18:30 Uhr - 20 Uhr

Di. 12.12.2023 von 10 Uhr - 11.30 Uhr

Weitere Infos unter:

<https://www.aelf-to.bayern.de/ernaehrung/familie/264792/index.php>

[susanne.berger@aelf-to.bayern.de](mailto:susanne.berger@aelf-to.bayern.de)

**Mitveranstalter:**

AELF Töging

**Referent/in:**

Tanja Liebl-Gschwind