

## Erste Beikost – selbst zubereitet

In den ersten 3 Lebensjahren legen wir als Eltern den Grundstein für das Ernährungsverhalten unserer Kinder, das sich meist lebenslang nicht mehr ändern wird. Wir stellen damit die Weichen für die körperliche und geistige Gesundheit. Eine rundum harmonische Entwicklung unserer Kinder können wir durch selbst zubereitete Beikost unterstützen und fördern.

In Theorie und Praxis erfahren Sie, welche Lebensmittel geeignet sind, wie erste Beikost am leichtesten eingeführt werden kann und wie sie zubereitet wird.

Für Mütter und Väter mit Babys von 3 - 8 Monaten. Kleinkinder und Babys sind im Kurs herzlich willkommen.

**Termin: Samstag, 11. Februar 2012 9.30 - 12.30 Uhr**

**Kursgebühr: 21.- Euro**

**Leitung, Infos, Anmeldung:** Lissy de Fallois (FamilienLotsin, Psychologische Beraterin, Erzieherin, Gesundheitsberaterin), Tel.: **09201/ 95316** oder [lissydefallois@web.de](mailto:lissydefallois@web.de)