



Das beste Essen  
für Kleinkinder –  
So geht's

## Online-Vortrag

mit

Kristina Heinzl-Neumann (Dipl. Oekotrophologin)

**Montag, 15.04.2024**

**19.00 - 20.30 Uhr**

Satt – versorgt – glücklich: So lautet das Motto in der Kleinkindernahrung. Aber wie erreiche ich das am Familientisch? Was kann und wie viel sollte mein Kind essen? Wie sieht eine abwechslungsreiche Ernährung aus?

Kristina Heinzl-Neumann gibt in dieser Veranstaltung einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Kleinkinder.

Geeignete Lebensmittel und Mengen für Euer Kind werden anhand der Ernährungspyramide anschaulich dargestellt. Außerdem erhaltet Ihr viele praxisrelevante Anregungen dazu, wie Euer Kind entspannt ein gesundes Essverhalten entwickeln kann.

Die Veranstaltung findet **online über die Kommunikationsplattform webex** statt. Der Link dazu kommt ein paar Tage vorher per E-Mail.

Das Angebot ist kostenlos, da es in Zusammenarbeit mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Tirschenreuth – Weiden i. d. Opf. stattfindet.

**Anmeldung und weitere Informationen im Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin Kemnath**

Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin  
Rathausplatz 1  
95478 Kemnath



Telefon: 09642 7033800  
team@mittendrin-kemnath.de  
www.mittendrin-kemnath.de