



ONLINE-VORTRAG ERNÄHRUNG VON KLEINKINDERN

TERMIN: MONTAG, 10.05.21 10:00-11:00 UHR

Eltern sind oft mit widersprüchlichen Empfehlungen zu Ernährungsfragen konfrontiert.

Dieser Kurs gibt Ihnen einen Überblick über aktuelle und wissenschaftlich fundierte Ernährungsempfehlungen für Kleinkinder. Sie lernen, wie Sie das natürliche Essverhalten Ihres Kindes fördern, und aus welchen Gründen es Speisen ablehnt. Zudem bekommen Sie viele praktische Anregungen für eine ausgewogene Ernährung Ihres Kindes.

Fragen, die im Online-Vortrag beantwortet werden:

- Was und wie viel sollen Kinder essen und trinken?
- Was sind Lebensmittelunverträglichkeiten bzw. Allergien?
- Wie erkennt man Zuckerverstecke in Lebensmitteln?
- Welche Milch ist die richtige? Kuhmilch oder Kindermilch?
- Sind spezielle Kinderlebensmittel eine sinnvolle Alternative?
- Was ist von Vitamin- oder Mineralstoffanreicherungen in Lebensmitteln zu halten?

Sie erhalten im Anschluss an den Online-Vortrag ein Handout, auf dem die wichtigsten Informationen und Erkenntnisse zum Thema „Ernährung von Kleinkindern“ zusammengefasst sind.

Die Teilnahme am Online-Vortrag ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Weiterführende Informationen zum Thema finden Sie auch auf unserer Website unter:

[Ernährungsempfehlungen für Kinder | Verbraucherzentrale Brandenburg \(verbraucherzentrale-brandenburg.de\)](https://www.verbraucherzentrale-brandenburg.de/ernaehrungsempfehlungen-fuer-kinder)

- **Bitte melden Sie sich unter folgendem Link an:**
<https://www.edudip.com/de/webinar/von-anfang-an-empfehlungen-fur-schwangere-und-stillende-sauglingsernaehrung/1283450>

Kontakt:

Verbraucherzentrale Brandenburg e.V. – Beratungsstelle Rathenow - Berliner Straße 15
Team Lebensmittel und Ernährung – Frau Katrin Hofschläger
Tel. 03385/516787 – E-Mail: k.hofschlaeger@vzb.de