

## Einladung zum Familienstamm

### Von der Milch zum Brei- Gesunde Beikost im ersten Lebensjahr



In diesem Workshop geht es um Fragen rund um die gesunde Baby-Ernährung:

Was kommt nach der Muttermilch bzw. der Flasche?

Wann, wie und was wird zugefüttert?

Selbst kochen oder Fertigprodukte verwenden?

Allergievorbeugung, Getränke... was braucht mein Kind im ersten Lebensjahr?

Wie sieht Zahnpflege von Anfang an aus?

Neben der Vermittlung eines Ernährungs-Fahrplans werden im Kurs auch bewährte Rezepte zum Probieren mit den TeilnehmerInnen zubereitet.

Kursleitung:

Gabriele Massmann dipl. Ernährungsberaterin SRK, Obere Strasse 43

Dagmar Schmitt Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Spital Davos

Martina Keller Zahnpflegeinstructorin der Volksschule Davos

Datum: Dienstag, 6. November 2012

9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Jugend- und Kulturzentrum Living Room

Bahnhofstrasse 19, Davos Dorf

Der FamilienRat Davos bietet Baby- und Kleinkinderbetreuung an.

Anmeldung bitte unter [familienrat.davos@hotmail.com](mailto:familienrat.davos@hotmail.com).

