



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

## **Stillvorbereitung - Gut ernährt von Anfang an**

**Online - Vortrag**

**Do 12.05.2022, 19.00 - 21.00 Uhr**

**Ort:**

Pfarrkirchen, ONLINE-VORTRAG

In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen über eine gesunde, ausgewogene Ernährung für sich und Ihr Baby. Was Sie essen und trinken, beeinflusst direkt die Zusammensetzung der Muttermilch. Durch die Muttermilch lernt Ihr Baby verschiedene Geschmäcker kennen. Sie erfahren Wissenswertes über wichtige Inhaltsstoffe der Lebensmittel, die Bedeutung einer regelmäßigen Nahrungsaufnahme und ausreichender Flüssigkeitszufuhr, um Ihr Baby und sich selbst optimal zu versorgen.

Es wird einen Ausblick auf die nächsten Ernährungsphasen Ihres Kindes gegeben, unter anderem auf Beikost und den Übergang zur Familienkost.

weitere Infos unter:

[www.aelf-pa.bayern.de/ernaehrung/familie](http://www.aelf-pa.bayern.de/ernaehrung/familie) oder [Maria.auer@aelf-pk.bayern.de](mailto:Maria.auer@aelf-pk.bayern.de) oder unter Tel. 08561/3004-2133

**Mitveranstalter:**

Amt für Ernährung, Landwirtschaft & Forsten in Pfarrkirchen

**Referentin:**

Tanja Liebl-Gschwind

**Kosten:**

kostenlos

**Veröffentlichungsdatum:** 27.10.2021

**Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
[info@keb-ris.de](mailto:info@keb-ris.de)  
[www.keb-ris.de](http://www.keb-ris.de)