



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Gut ernährt durch die Schwangerschaft

Online-Vortrag

Di 09.01.2024, 19.30 - 21.00 Uhr

Ort:

Pfarrkirchen, ONLINE

"Wieviel soll ich jetzt essen? Wie hoch darf die Gewichtszunahme sein? Brauche ich Nahrungsergänzungsmittel? Kann ich mich vegetarisch oder vegan ernähren? Welche Lebensmittel sollte ich vermeiden? Mit der Schwangerschaft treten viele Fragen für die werdende Mutter auf. Unterschiedliche, teils widersprüchliche, oft gut gemeinte Ratschläge verunsichern viele Schwangere.

Antworten auf diese und weitere wichtige Fragen hinsichtlich einer ausgewogenen Ernährung und eines gesundheitsförderlichen Lebensstils in der Schwangerschaft erhalten Sie in dieser Veranstaltung".

weitere Termine jeweils von 19.30 - 21.00 Uhr

Mi. 24.04.24

Di. 08.10.24

weitere Infos unter:

www.aelf-pa.bayern.de/ernaehrung/familie

Mitveranstalter:

Amt für Ernährung Landwirtschaft und Forsten

Referentin:

Simone Heilmeyer

Kosten:

kostenlos

Veröffentlichungsdatum: 09.11.2023

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)

84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44

Fax 08671 – 84 671

info@keb-ris.de

www.keb-ris.de