Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Gut ernährt in und durch die Schwangerschaft

Vortrag für schwangere Frauen (& Partner)

Di 01.10.2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort:
Altötting, Online, via WebEx

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 Infos unter:
https://www.aelf-to.bayern.de/ernaehrung/familie/264792/index.php
susanne.berger@aelf-to.bayern.de

Mitveranstalter:
AELF Töging

Referentin:
Tanja Liebl-Gschwind

Kosten:
kostenfrei

Veröffentlichungsdatum: 21.11.2023

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