

In Kirchdorf starten im Frühjahr 2024 folgende Workshops:

Gesund essen von Anfang an! Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Termin: 08.04.2024 von 16:30 – 19:00 Uhr
Im Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf

Die Ernährungsweise während der Schwangerschaft ist für eine optimale Entwicklung des Babys besonders wichtig. Deshalb bietet die Österreichische Gesundheitskasse allen Schwangeren kostenlose Workshops zum Thema "Ernährung in der Schwangerschaft" an

- Für Schwangere und „frischgebackene“ Eltern
- Dauer: 2,5 Stunden
- Kosten: keine

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan



Gesund essen von Anfang an – Webinar Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Sie finden keinen passenden Kurstermin in Ihrem Bezirk? Sie sind kurzfristig verhindert? Kein Problem! Unsere Webinare ermöglichen es Ihnen, die Kursinhalte bequem und zeitlich flexibel von zuhause oder unterwegs zu verfolgen.

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan

Babys erstes Löffelchen! Ernährung von Kindern im 1. Lebensjahr

Termin: 11.03.2024 von 15:00 - 17:30 Uhr
Im Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf
03.06.2024 von 15:00 – 17:30 Uhr
Im Eltern-Kind-Zentrum Kirchdorf

Stillen ist die natürlichste Art einem Baby alles an Nahrung zur Verfügung zu stellen, was es benötigt. Doch nach etwa 6 Monaten kommt der Zeitpunkt, an dem das Baby mehr braucht, um gesättigt zu sein. Gerade beim Thema Beikost treten häufig Unsicherheiten auf. In speziellen Ernährungsworkshops gibt die Österreichische Gesundheitskasse frischgebackenen Eltern und Schwangeren im letzten Trimester wertvolle Tipps für die Beikosteinführung. Der Workshop wird von einer Ernährungswissenschaftlerin oder Diätologin geleitet.

- Für Eltern und Schwangere im letzten Trimester
- Dauer: 2,5 Stunden
- Kosten: keine

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan



Babys erstes Löffelchen – Webinar Ernährung von Kindern im 1. Lebensjahr

Sie finden keinen passenden Kurstermin in Ihrem Bezirk? Sie sind kurzfristig verhindert, weil Ihr Kind krank ist?
Kein Problem! Unsere Webinare ermöglichen es Ihnen, die Kursinhalte bequem und zeitlich flexibel von zuhause oder unterwegs zu verfolgen.

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan

Jetzt ess' ich mit den Großen Ernährung von 1-3-jährigen Kindern

Termine: 13.05.2024 von 16:30 – 19:00 Uhr
Im Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf

Unsere Kinder sollen gesund aufwachsen. Eine richtige Ernährung ist dabei ein wichtiger Grundstein. Dieser Ernährungsworkshop richtet sich an Eltern mit Kindern vom 1. bis zum 3. Lebensjahr und versteht sich als Hilfestellung beim Übergang zur Familienmahlzeit.

Die Inhalte orientieren sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und sollen Sicherheit vermitteln, wie Sie Ihr Kleinkind gesund und richtig ernähren.

- Für Eltern
- Dauer: 2,5 Stunden
- Kosten: keine

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan

Jetzt ess' ich mit den Großen – Webinar Ernährung von 1-3-jährigen Kindern

Sie finden keinen passenden Kurstermin in Ihrem Bezirk? Sie sind kurzfristig verhindert, weil Ihr Kind krank ist?
Kein Problem! Unsere Webinare ermöglichen es Ihnen, die Kursinhalte bequem und zeitlich flexibel von zuhause oder unterwegs zu verfolgen.

Information und Anmeldung:

E-Mail: revan-14@oegk.at

Internet: www.gesundheitskasse.at/revan

Persönlich sind wir von Montag bis Donnerstag von 07:00 bis 15:00 Uhr
und am Freitag bis 13:00 Uhr unter der Telefonnummer:

05 0766-14503510

zu erreichen.

