

# Vom Brei zum Tisch

## den Übergang entspannt gestalten

**19.03.2025**

**19:30—  
21:00 Uhr**

**Kinderhaus  
St. Antonius,  
Gars**

Die B(r)eikost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen. Und das Interesse Ihres Kindes, am Familientisch mitzuessen, wächst.

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich gut eignen und auf welche Sie am Anfang noch verzichten sollten. Außerdem lernen Sie die Ernährungspyramide als hilfreiches und praxistaugliches Modell kennen.

Damit der Übergang entspannt gelingen kann, ist es wichtig, das natürliche Essverhalten Ihres Kindes zu kennen und zu fördern. Informationen und Tipps hierzu runden die Veranstaltung ab.

**Kosten: kostenlos**

**Anmeldung** zum Vortrag bei Christiane Mailänder unter

Telefon 0175/9290165

oder per Mail: [familienstuetzpunkt@fh-au.de](mailto:familienstuetzpunkt@fh-au.de)

**Mindest-  
teilnehmerzahl:**

**6 Personen**



[www.zwergenkost.de](http://www.zwergenkost.de)

**PS: Da wir die Spielflächen der Kindertagesstätte benutzen, bitte ich Sie die Straßenschuhe auszuziehen. Bringen Sie gerne Hausschuhe mit :-)**