

# Einzelveranstaltungen

## Beikost Einführung und Übergang zum Familientisch

- ✓ Woran erkenne ich, dass mein Kind hungrig / satt ist?
- ✓ Einführung in die Beikost – Ab wann ? Was? Wie?
- ✓ Selbstgemachte vs. Gekaufte Breie
- ✓ Baby-led weaning
- ✓ Allergieprävention?
- ✓ Mahlzeitengestaltung ab dem 1. Lebensjahr
- ✓ Kinderlebensmittel und Süßigkeiten
- ✓ Geeignete Getränkeauswahl

**Termin:** Donnerstag, den 09.06.2022 von 15.00 bis 16:30 Uhr

**Ort:** Familienzentrum, Dahlemer Weg 60 in 14167 Berlin

**Teilnahmegebühr:** 7 €, Ermäßigung auf Anfrage

## Von Anfang an mit Spaß dabei - gesunder Familientisch

- Was sollten Kinder im Alter von 1,5 bis 3 Jahren essen?
- Wie viel Essen braucht mein Kind jetzt?
- Wie viel sollten die Kinder pro Tag Trinken? Und was?
- Sind Süßigkeiten für 1,5- bis 3-Jährige schlimm?
- Kinderlebensmittel Fluch oder Segen?
- Wie kann man Snacks gestalten?
- Mein Kind isst kein Obst oder Gemüse, was kann ich tun?
- Mit Essen spielt man nicht! – Wie mit Spaß ans essen?

**Termin:** Donnerstag, den 16.06.2022 von 18.00 bis 19.00 Uhr **per Zoom**

**Teilnahmegebühr:** 5 €, Ermäßigung auf Anfrage

**Referentin:** Nina von Przybylski,

*B.Sc. Ökotrophologin, Diätassistentin*



**Anmeldung:** Tel. 0176/ 36 35 93 55 o. [familienzentrum@dwstz.de](mailto:familienzentrum@dwstz.de)

**Diakonie**   
Diakonisches Werk  
Steglitz und Teltow-Zehlendorf

Ev. Familienzentrum Zehlendorf-Mitte  
Dahlemer Weg 60, 14167 Berlin  
Tel: 0176/ 36 35 93 55  
[familienzentrum@dwstz.de](mailto:familienzentrum@dwstz.de)  
<http://www.dwstz.de>

**Berliner Familienzentren** 

GEFÖRDERT DURCH		
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie	<b>BERLIN</b>	