



Wir freuen uns über Ihre
Anmeldung und Teilnahme!

ONLINE-Veranstaltungen Angebot für Familien mit Kindern bis zu drei Jahren

Das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Ebersberg-Erding bietet wieder kostenfrei
Vorträge im Rahmen des Netzwerk Junge Eltern/Familien an:

Beikost:

Von der Milch zum Brei

Im zweiten Lebenshalbjahr steigt der Energie- und Nährstoffbedarf Ihres Kindes. Muttermilch bzw. Säuglingsmilchnahrung als alleinige Ernährung reicht nicht mehr aus. Dann ist die Zeit reif für den ersten Brei! Fachgesellschaften empfehlen eine schrittweise Einführung der Breie. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zur empfohlenen Zusammensetzung der Breie und zum gängigen Ablauf der Beikosteinführung. Praktische Tipps, wie die Umstellung von Milch auf Beikost gut gelingen kann, runden die Veranstaltung ab.

Referentin: Frau Kathrin Schweiger; Dipl.oec.troph.
Termin: Freitag, 16.01.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 13.02.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 13.03.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 17.04.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Veranstaltungsort: Online-Seminar via Webex; der Link wird Ihnen nach der Anmeldung zugeschickt
Anmeldung: www.weiterbildung.bayern.de | Ernährung und Bewegung | Junge Eltern/Familien

Familienkost nach dem 1. Lebensjahr:

Das beste Essen für Kleinkinder

Satt – versorgt – glücklich: So lautet das Motto in der Kleinkindernährung. Aber wie erreiche ich das am Familientisch? Was kann und wie viel sollte mein Kind essen? Wie sieht eine abwechslungsreiche Ernährung aus? Diese Veranstaltung gibt einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Kleinkinder. Geeignete Lebensmittel und Mengen für Ihr Kind werden anhand der Ernährungspyramide anschaulich dargestellt. Außerdem erhalten Sie viele praxisrelevante Anregungen dazu, wie Ihr Kind entspannt ein gesundes Essverhalten entwickeln kann.

Referentin: Frau Kathrin Schweiger; Dipl.oec.troph.
Termin: Freitag, 23.01.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 27.02.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 20.03.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Termin: Freitag, 24.04.2026; von 09:30 bis 11:00 Uhr
Veranstaltungsort: Online-Seminar via Webex; der Link wird Ihnen nach der Anmeldung zugeschickt
Anmeldung: www.weiterbildung.bayern.de | Ernährung und Bewegung | Junge Eltern/Familien

Zur Info für Sie:

- **Anmeldefrist jeweils drei Tage zuvor unter www.weiterbildung.bayern.de**
- **Online-Seminar via Webex; der Link wird Ihnen ca. 1 Tag vor dem Seminar zugeschickt**