



## Workshop Beikost

Veranstaltung

### Workshop Beikost

Du bist dir unsicher, wann du mit der Beikost starten sollst? Gibt es außer Brei noch Alternativen? Wieviel sollte mein Kind essen? Kann ich trotz Beikost weiter stillen oder die Flasche geben? Beikost bietet deinem Kind enorme Entwicklungsmöglichkeiten. Gut informiert kann man diese Zeit entspannt genießen.

Mit viel Raum für individuelle Fragen werden wir folgende Themen in diesem Workshop besprechen:

Der richtige Zeitpunkt - Was sind Beikost-Reifezeichen?

Wie fängt man eigentlich an?

Die verschiedenen Beikostkonzepte (Brei, Baby-Led-Weaning, Beikost nach Bedarf)

Was bedeutet respektvolle Beikostgabe?

Die Angst vor dem Verschlucken - Welche Sicherheitsregeln gibt es?

Die verschiedenen Ernährungskonzepte und was es zu beachten gibt (Mischkost, vegetarisch, vegan)

Ungeeignete Lebensmittel

Wieviel muss mein Kind essen und welche Nährstoffe braucht es?

Mein Kind isst nichts. Was soll ich tun?

Allergien und Unverträglichkeiten

### Was?

#### Art des Angebots

Veranstaltung

#### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

#### Kursleitung/Ansprechperson

Lisa Witecy

#### Alter des Kindes

vor der Geburt, 0 bis 1 Jahre

### Wann?

#### Termin(e)

Die aktuellen Termine finden Sie in unserem Veranstaltungskalender auf [www.eug-hamm.de](http://www.eug-hamm.de)

#### Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

### Wo?

#### Elternschule und Gesundheitszentrum der St. Barbara-Klinik Hamm GmbH

Am Heessener Wald 1  
59073 Hamm

## Anmeldung

### Anmeldung erforderlich

Ja

### Weitere Angaben zur Anmeldung

Online über den Veranstaltungskalender auf  
[www.eug-hamm.de](http://www.eug-hamm.de)

### Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

### Kosten des Angebots

25,00 €

## Durchführende Organisation

### Elternschule und Gesundheitszentrum der St. Barbara-Klinik Hamm GmbH

Am Heessener Wald 1  
59073 Hamm

### Name Kontaktperson

Silke Stralek (Sekretariat)

### Telefon

02381 / 681-1341

### Email

[elternschule@barbaraklinik.de](mailto:elternschule@barbaraklinik.de)

### Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)