

**WORKSHOP**  
**"GEMÜSETIGER - ERNÄHRUNG  
DER 1- BIS 3-JÄHRIGEN"**



**Datum:** 17. Februar 2024 (Samstag)  
**Uhrzeit:** 9:00 - 11:30  
**Ort:** Marktgemeinde Neumarkt  
Hauptplatz 4 (Sitzungszimmer EG)  
**Kursleitung:**  
Marianne Leitner, BSc. Diätologin  
Kontakt für Rückfragen: 0660 510 02 09

**"Wir wollen mit den Großen essen!"**

Sollen aus unseren Kleinsten keine Naschkatzen, sondern richtige Gemüsetiger werden, muss man sie schon früh für unser vielfältiges Nahrungsangebot begeistern. Wie das am besten funktioniert und wovon Ihr Kind jetzt am meisten braucht, hören Sie in diesem kostenlosen Workshop.



**Themen**

Im Workshop werden u.a. folgende Themen behandelt:

- Zwergerlküche: Bunt ist gesund!
- Mahlzeitenhäufigkeit und -Verteilung
- Spinat und Co.: Was Kinder jetzt brauchen
- Gaumenkitzel: So kommen Kids auf den Geschmack
- Süßes oder Saures? Tipps für das richtige Maß
- Hilfe! Mein Kind will nicht essen
- Kinderlebensmittel unter der Lupe

**Anmeldung bitte mit Mail an:**  
[richtigessen-15@oegk.ates](mailto:richtigessen-15@oegk.ates)

