



**Frisch kochen für Kids
Gesundes Essen für jedes Alter
(ab 5 Monaten)**

Das Amt für Ernährung Landwirtschaft und Forsten veranstaltet in Zusammenarbeit mit der KoKi-Netzwerk frühe Kindheit/Landratsamt Forchheim am 30. März und am 22. Juni 2022 jeweils einen **Ernährungskurs**.

Gemeinsam werden Gerichte mit saisonalen, regionalen und frischen Lebensmitteln für Kinder ab 5 Monaten, Kleinkinder und Erwachsene unter Anleitung der Ernährungsberaterin Petra Höfner gekocht und anschließend gegessen. Vorkenntnisse nicht erforderlich!

Fragen zur Ernährung z.B. Übergang von Brei auf feste Nahrung, gesunde Ernährung usw. können Sie jederzeit mit Frau Höfner besprechen.

Zielgruppe:

Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren sowie Großeltern, Erzieher/Innen und Betreuungspersonen. Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt.

Der Kurs ist kostenlos!

Der Ernährungskurs findet unter den Vorgaben des aktuellen Hygienekonzepts statt. Es gilt die 3G-Regelung!

Termine und Ort :

30.03.2022 von 9.00 Uhr – 11.30 Uhr

22.06.2022 von 9.00 Uhr – 11.30 Uhr

Bürgerzentrum- Mehrgenerationenhaus Forchheim, Paul-Keller-Str. 17

Anmeldung: KoKi-Netzwerk frühe Kindheit

Karin Kohlmann 09191/862372

Kerstin Grötsch 09191/862371

