

ONLINE ELTERN-VORTRÄGE

Liebe Eltern,

wir laden euch zu den Online-Kurzvorträgen ein. Das Angebot ist kostenlos. Die Themen sind speziell für Kinder im Alter zwischen 1-6 Jahre abgestimmt. Die Referentinnen stehen nach den Vorträgen für Fragen und Diskussionen gerne zur Verfügung.

Es ist keine Anmeldung erforderlich. Der Einstieg zum Zoom-Meeting erfolgt einfach über folgenden Link:

<https://us06web.zoom.us/j/82937769069>

Zoom Meeting-ID: 829 3776 9069

18.10.2022

Dienstag

WASSER – UNSER WICHTIGSTES LEBENSMITTEL

20.00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Referentin: Magdalena Wetzinger

Wie hoch ist der individuelle Flüssigkeitsbedarf meines Kindes und wie kann er optimal abgedeckt werden? Wie bemerke ich einen Flüssigkeitsmangel? Tipps für eine sinnvolle Getränkeauswahl und eine Trink-Strategie für eine angenehme Nachtruhe.

08.11.2022

Dienstag

GESTÄRKT VON ANFANG AN – RESILIENZ IM FAMILIENALLTAG FÖRDERN

20.00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Referentin: Alexandra Kolbitsch

Die Wurzeln zur Fähigkeit innerer Widerstandsfähigkeit werden schon sehr früh gelegt. Was kann im Familienalltag dazu beigetragen werden? Was brauchen Kinder, um stark zu sein? Freuen Sie sich auf einen sehr praxisnahen Abend.

15.11.2022

Dienstag

GESUNDE JAUSE

20.00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Referentin: Birgit Höfert

Quetschies, Hirsebällchen und Muffins oder Apfelschnitze, Brot und Käse?

Was macht eine Kinderjause zu einer „gesunden Jause“? Was ist empfehlenswert und was nicht?

Anregungen und Ideen für den Alltag gibt es bei diesem Vortrag.

29.11.2022

Dienstag

FAMILIENKÜCHE – BUNT, FLEXIBEL, ABWECHSLUNGSREICH

20.00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Referentin: Birgit Kubelka

Im Familienalltag muss es oft schnell gehen. Immer mehr Mahlzeiten finden zudem in Betreuungseinrichtungen und außer Haus statt. Welche einfachen Gerichte eignen sich als wertvolle Ergänzung und wie kann ein Wochenplan helfen, den Überblick zu bewahren?

07.02.2023

Dienstag

GESUNDER SCHLAF

20.00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Referentin: Claudia Salzgeber

Was ist eigentlich gesunder Schlaf? Was passiert während des Schlafes im Gehirn? Wieviel Schlaf braucht mein Kind und warum schläft es manchmal lange nicht ein? Was fehlt ihm, wenn es Alpträume hat? Ist es normal, dass es noch im Elternbett schlafen möchte?