

Themenabend über die Ev. Familienbildung Bad Soden

Gesund essen für Mama & Baby =

„Rund um“ Wohlfühlen in der Schwangerschaft

Die Monate der Schwangerschaft sind besondere für die Frau.

Du möchtest die Zeit vital und mit Freude genießen, doch die vielen Informationen zur Ernährung und zur Geburt machen Dich unsicher.

Was kannst Du als werdende Mutter Gutes für dich tun?

Welche Nährstoffe braucht dein Körper, damit ihr, du und dein Baby, gut versorgt seid?

An diesem Abend hast du die Möglichkeit, den Zusammenhang der gesunden Ernährung und deinem körperlichen Wohlbefinden zu erfahren. Ich möchte Deine Schwangerschaft aus ganzheitlicher Sicht mit Dir betrachten und Dir Möglichkeiten für eine freudige und nährnde Schwangerschaft und Stillzeit mitgeben. Du erhältst wertvolle Informationen, welche gut in Deinem Alltag umsetzbar sind.

Schaue bitte auf die Homepage der Ev. Familienbildung, **auch für Deine Anmeldung** www.evangelische-familienbildung.de.

ZOOM - Themenabend: Dienstag, 18.11.2021, 19.30 Uhr, Gebühr 8 €

<https://www.evangelische-familienbildung.de/angebote/kurssuche/kurs/Online-Themenabend+Gesund+Essen+fuer+Mama+und+Baby/X+02+21+06>