

Bewegung

Kidz in Motion

Bewegung ist wichtig, um gesund aufzuwachsen und sich körperlich und geistig gut zu entwickeln – hier gibt es Tipps dazu!

Referentin: Claudia Eckardt, Fitnesstrainerin
Termin: Mittwoch, 26. November 2014
Zeit: 14:30 bis 16:00 Uhr
Ort: Wellnesspraxis Claudia Eckardt, Küps

Mehrgenerationenhaus Buchbach

Neu sind unsere Angebote im Mehrgenerationenhaus Buchbach:

Bildungschancen durch Bewegung im spannenden ersten Lebensjahr

Vierteiliger Workshop

Referentin: Elke Frech, PEKiP-Leiterin

Teil 1: PEKiP – das Prager-Eltern-Kind-Programm
Termin: Montag, 22. September 2014

Teil 2: Babymassage
Termin: Montag, 29. September 2014

Teil 3: Getragen durchs Leben
Termin: Montag, 6. Oktober 2014

Zeit: jeweils von 11:00 bis 12:30 Uhr

Teil 4: Im Wasser zuhause
Näheres wird noch bekannt gegeben.

Den Bauernhof erleben!

Referentin: Kathrin Barnickel-Förtsch

Gesunde Zwischenmahlzeiten

Referentin: Karina Pfadenhauer

Die genauen Termine finden Sie im Info-Heft des MGH Kronach und Buchbach.

Veranstaltungsorte Landkreis Kulmbach

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Kulmbach
Trendelstraße 7, 95326 Kulmbach

Laitscher Hof
Oberlaitsch 4, 95499 Harsdorf

Veranstaltungsorte Landkreis Kronach

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Außenstelle Kronach
Kulmbacher Straße 44, 96317 Kronach

Frankenwaldklinik Kronach
Friesener Straße 41, 96317 Kronach

Biohof Heil
Waldbuch 2, 96364 Marktrodach

Daumahof, Familie Förtsch
Hauptstraße 52, 96358 Reichenbach

Zentrum für Säuglings- u. Kleinkindpädagogik
Elke Frech, Tannleitenweg 19, 96328 Küps

Wellnesspraxis Claudia Eckardt
Bahnhofstraße 33 a, 96328 Küps

Mehrgenerationenhaus Buchbach
Laurentiusstraße 14, 96361 Steinbach a. Wald

Gut zu wissen!

- ✓ **Alle Kurse sind für Sie kostenfrei**
- ✓ Anmeldung bis spätestens 1 Woche vor der Veranstaltung
- ✓ Bitte sagen Sie ab, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen können, damit andere Eltern nachrücken können
- ✓ Die Aufsichtspflicht in den Veranstaltungen verbleibt bei den Eltern

Informationen

Sehr geehrte Eltern, Mütter, Väter, Großeltern, sehr geehrtes Betreuungspersonal!

Unser „Netzwerk Junge Eltern/Familien mit Kindern bis zu drei Jahren“ thematisiert das Zusammenspiel von Ernährung und Bewegung im Alltag. Wir schaffen mit diesem Netzwerk im Dienstgebiet unseres Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten einen Raum für Kooperationen von Partnern aus den Bereichen Ernährung und Bewegung. Damit bündeln wir verschiedene fachliche Kompetenzen und entwickeln im Netzwerk mit diesen Partnern passgenaue Angebote und Programme für die jeweilige Zielgruppe. Wichtig für uns ist die Kombination von Theorie und Praxis mit Anregungen für den Familienalltag.

Detailinformationen bieten unser „Wegweiser“ und unsere Veranstaltungsflyer. Aktuelles finden Sie auf unserer Internetseite oder rufen Sie einfach mal an!

Kontakt und Anmeldung

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Kulmbach

Ansprechpartnerin Ernährung
Regina Burkhardt
Tel.: 09221 5007-126

Trendelstraße 7, 95326 Kulmbach
Tel.: 09221 5007-0

poststelle@aelf-ku.bayern.de
www.aelf-ku.bayern.de

Stand: Juli 2014

Impressum: Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
(Kontaktdaten siehe oben)

Bildnachweis: © serhiy kobyakov / shutterstock.com



Netzwerk
Junge Eltern/Familien
Ernährung und Bewegung

Angebote für Familien

mit Kindern bis zu drei Jahren

**September bis
Dezember 2014**

für die Landkreise
Kulmbach und Kronach

Ernährung

Mein neuer Freund – der Löffel!

Von der Brust/von der Flasche zum Löffel. Lieblingsbreie für das Baby einfach und leicht selbst zubereiten und bevorraten. Mit vielen Tipps und Tricks.

Referentinnen: Irina Pöhlmann, Diätassistentin
Edith Wagner, Ernährungsfachfrau
Termin: Montag, 29. September 2014
Zeit: 18:00 bis 21:00 Uhr
Ort: AELF Kulmbach, Schulküche

Referentin: Karina Pfadenhauer, Diätassistentin
Termin: Montag, 13. Oktober 2014
Zeit: 9:30 bis 12:00 Uhr
Ort: AELF Kulmbach, Außenstelle Kronach

Stillcafé

Thema: Vom Stillen oder der Flasche zu den festen Nahrungsmitteln. Was Babys gerne essen – der erste Brei, gesund und lecker. **Anmeldung ist nicht erforderlich, Kinder sind herzlich willkommen!**

Referentin: Evelyn Heil, Ernährungsfachfrau
Termin: Mittwoch, 1. Oktober 2014
(Internationale Stillwoche)
Zeit: 10:00 bis 11:30 Uhr

Referentin: Cilly Volk, Hebamme
Termin: Montag, 10. November 2014
Zeit: 10:00 bis 11:30 Uhr

Ort: Frankwaldklinik Kronach – Station 1

Internationale Stillwoche

Von Montag, 29. September bis Sonntag, 5. Oktober 2014 finden in der Frankwaldklinik Kronach und im Klinikum Kulmbach verschiedene Aktionen statt.

Tag des Kindes

Mit vielen Aktionen rund ums Kind, Informationen, Vorträge, Austausch ...

Termin: Samstag, 27. September 2014
Zeit: 14:00 bis 17:30 Uhr
Ort: Frankwaldklinik Kronach – Station 1

Ernährung

Vollwertige Babyernährung

Was ist ein Vollkornbrei? Wie kann ich Gemüsebreie und Vollkornbreie leicht und auf Vorrat zubereiten? Kann ich mit Dinkel anfangen? Welche alternativen Möglichkeiten gibt es, wenn ich mein Kind „milchfrei“ ernähren möchte? Hier werden den Mamis Grundkenntnisse vermittelt mit vielen Tipps und Antworten auf ihre Fragen. Vortrag mit Vorführung und Kostproben.

Referentin: Evelyn Heil, Ernährungsfachfrau
Termin: Samstag, 13. Dezember 2014
Zeit: 10:00 bis 12:00 Uhr
Ort: Biohof Heil, Waldbuch

Groß und Klein – gemeinsam schmeckt's besser

Wir zeigen Ihnen, wie durch einfache Abwandlungen der normalen Familienkost kleinkindgerechte Menüs entstehen und auch kleine Gemüsemuffel gerne zugreifen.

Referentinnen: Irina Pöhlmann, Diätassistentin
Edith Wagner, Ernährungsfachfrau
Termin: Montag, 3. November 2014
Zeit: 18:00 bis 21:00 Uhr
Ort: AELF Kulmbach, Schulküche

Referentin: Karina Pfadenhauer, Diätassistentin
Termin: Montag, 10. November 2014
Zeit: 9:30 bis 12:00 Uhr
Ort: AELF Kulmbach, Außenstelle Kronach

Zwiebel, Thymian, Lavendel ...

Erkältung, Schnupfen und Co. natürlich behandeln. Mit vielen Anwendungsbeispielen in der Praxis. Vortrag für Eltern, Großeltern, Schwangere ...

Referentin: Evelyn Heil, Ernährungsfachfrau
Termin: Samstag, 15. November 2014
Zeit: 10:00 bis 12:00 Uhr
Ort: Biohof Heil, Waldbuch

Bewegung

Bildungschancen durch Bewegung im spannenden ersten Lebensjahr

Die Inhalte im vierteiligen Workshop sind ein Wechsel an Bewegung und Ruhe. Mit Hilfe von PEKiP und Säuglingsschwimmen können Eltern verborgene Entwicklungsmöglichkeiten ihres Kindes entdecken und fördern. Als Ausgleich dienen Ruhetechniken und Tragemethoden für Erholungsphasen. Der Workshop kann nur als Einheit gebucht werden.

Referentin: Elke Frech, PEKiP-Leiterin

Teil 1: PEKiP – das Prager-Eltern-Kind-Programm
Termin: Montag, 3. November 2014

Teil 2: Babymassage
Termin: Montag, 10. November 2014

Teil 3: Getragen durchs Leben
Termin: Montag, 17. November 2014

Zeit: jeweils von 11:00 bis 12:30 Uhr

Ort: Zentrum für Kleinkindpädagogik, Küps

Teil 4: Im Wasser zuhause
Näheres wird noch bekannt gegeben.
Termine in Buchbach s. Rückseite

Nordic Walking mit Baby

Einführung in die Tragetchnik. Tragehilfen bitte mitbringen.

Referentin: Elke Frech, Trageberaterin
Termin: Mittwoch, 17. September 2014
Zeit: 15:30 bis 17:00 Uhr
Ort: AELF Kulmbach, Außenstelle Kronach

Referentin: Sabine Alfort, Sportlehrerin
Termine: jeweils Freitag, 19.09., 26.09., 10.10., 17.10., 24.10.2014
Zeit: jeweils 15:30 bis 16:30 Uhr

Nordic Walking:
Stöcke können ausgeliehen werden.

Bewegung

Den Bauernhof erleben!

Für Kinder ab 2 Jahren

Kühe füttern, Hühner beobachten, Traktor fahren, herumtoben – mit allen Sinnen den Bauernhof erleben!

Referentin: Bernadette Förtsch, Erlebnisbäuerin
Termin: Mittwoch, 1. Oktober 2014
Zeit: 14:30 bis 16:30 Uhr
Ort: Daumahof, Reichenbach

Referentin: Kathrin Ranninger, Erlebnisbäuerin
Termin: Mittwoch, 22. Oktober 2014
Zeit: 15:00 bis 17:00 Uhr
Ort: Laitscher Hof, Harsdorf

Auf den Laitscher Hof bitte Brotzeit mitbringen!

Walderlebnis für die ganze Familie

Mit Kindern ab 2 Jahren

Die Natur gemeinsam entdecken – Bewegungsanregungen für die ganze Familie. Wetterfeste Kleidung/Schuhe erforderlich! Bitte Verpflegung für die Pause mitbringen!

Referent: Stefan Friedrich, zert. Waldpädagoge
Termin: Samstag, 11. Oktober 2014
Zeit: 15:00 bis 17:00 Uhr
Kronach: Treffpunkt Hammermühle – ab hier fahren wir gemeinsam nach Mostrach zum Benefiziatenholz

Termin: Samstag, 18. Oktober 2014
Zeit: 15:00 bis 17:00 Uhr
Kulmbach: Rehberg – Parkplatz