

# Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr



ÖGK/Shutterstock

## Unser Baby lernt essen!

Um den 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrung alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Doch wie geht es jetzt am besten weiter? Diese und viele weitere Fragen rund um die bunte Babykost werden in diesem Workshop praxisnah beantwortet.

### Themen des Workshops:

- 🍷 Säuglingsanfangsnahrungen im Vergleich
- 🍷 Das richtige Timing: So klappt es mit der Beikost
- 🍷 Vielfalt statt Einheitsbrei
- 🍷 Beikost-Fahrplan: Zutaten, Zubereitung und Aufbewahrung
- 🍷 Allergien vorbeugen
- 🍷 Gesunde Zähne von Anfang an!
- 🍷 Gläschen – eine Alternative?

### Termin:

- 🍷 **Dienstag, 16. September 2025**
- 🍷 15:00 Uhr bis 17:30 Uhr
- 🍷 **LKH Murtal, Standort Judenburg**  
Oberweggasse 18, 8750 Judenburg



### Ernährungsexpertin:

- 🍷 Diätologin, LKH Murtal

### Anmeldung und Infos:

- 🍷 Team „**Richtig essen von Anfang an!**“ in der Österreichischen Gesundheitskasse
- 🍷 Telefonisch täglich von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr unter 05 0766 151131 ONLINE
- 🍷 Anmeldung zum Termin: [www.gesundheitskasse.at/revan](http://www.gesundheitskasse.at/revan)

Fotoquelle: kharlamova\_lv/fotolia.com

Alle Termine auf [www.gesundheitskasse.at/revan](http://www.gesundheitskasse.at/revan)