



Netzwerk Junge Eltern/Familien

Kinderleicht und lecker

Fit und gesund durch
den Familienalltag
mit Kindern bis
drei Jahren

Netzwerk Junge Eltern/Familien,
Ernährung und Bewegung

Damit's Spaß macht und schmeckt

Unsere vielfältigen Angebote im Bereich Ernährung und Bewegung helfen Mamas, Papas, Omas, Opas und Tages- und Pflegeeltern dabei, gesundes Essen und körperliche Aktivitäten ganz leicht in den Alltag mit Kindern einzubauen. In Kursen, bei Aktivitäten oder in Workshops können sie Wissenswertes und Praktisches erfahren, ausprobieren und mit nach Hause nehmen. Werdende Eltern informieren wir zu Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft.

Alle Kurse sind gebührenfrei. Für Lebensmittel entstehen Kosten von max. 5 Euro.

Kursinformationen und
Anmeldung unter:
www.aelf-ds.bayern.de/ernaehrung/familie



Einfach mitmachen und
mehr erfahren unter

- > www.aelf-ds.bayern.de
- > Amt für Ernährung, Landwirtschaft
und Forsten Deggendorf-Straubing
Amanstraße 21a, 94469 Deggendorf
Tel.: 0991 208-0, Fax 0991 208-2190
poststelle@aelf-ds.bayern.de