



# Gesunde Ernährung für Kleinkinder

Kurse im 2016

Allzeit  
bereit!

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, Grosseltern, Nannies, Tagesmütter sowie weitere interessierte Betreuungspersonen von Kleinkindern.

## Kursziel

In den Ernährungskursen von profawo Bern erhalten sie Wissenswertes über eine optimale Kinderernährung und Anregungen zu Planung, Einkauf und Zubereitung von gesunden, kindergerechten Mahlzeiten.

## Kursinhalte

**Kurs A:** Grundlagentkurs Kinderernährung – wie viel und was braucht mein Kind?

**Kurs B:** Herausforderungen im Alltag: „Mein Kind isst kein Gemüse, kennt keine Grenzen, isst kein Fleisch, neigt zu Übergewicht, etc.“

**Kurs C:** Schnelle und ausgewogene Gerichte mit Halbfertigprodukten sowie Sinn und Unsinn von Kinderprodukten.

## Kursleitung

Corinne Spahr, Ernährungsberaterin SVDE,  
Dipl. Erwachsenenbildnerin HF  
Zentrum für Ernährungsberatung &  
Bewegung

## Kosten

CHF 35.00 (Nichtmitglieder CHF 45.00)

## Kursdaten

**Kurs A** **Donnerstag, 31.03.2016**  
von 18.30 bis 20.30 Uhr

**Montag, 30.05.2016**  
von 18.30 bis 20.30 Uhr

**Kurs B** **Donnerstag, 25.04.2016**  
von 18.30 bis 20.30 Uhr

**Kurs C** **Montag, 13.06.2016**  
von 18.30 bis 20.30 Uhr

## Anmeldeschluss

Jeweils 7 Tage vor Kursbeginn.

## Kursabsage

Sollte ein Kurs mangels Teilnehmerzahl nicht stattfinden, werden wir Sie 3 – 6 Tage vor Kursbeginn informieren.

## Kursort

Kids & Co Wankdorf  
Stauffacherstrasse 80  
3014 Bern

Wir empfehlen die Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln: mit S-Bahn, Tram 9, Bus 20 bis Bern Wankdorf, mit Bus 36 bis Wankdorf-City

---

## Anmeldung

Name/Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

E-Mail, Tel.:

Alter des Kindes/der Kinder:

Arbeitgeber:

Kursdatum:

Anmeldungen an: profawo Bern, Christoffelgasse 7, 3000 Bern 7, Tel. 031 311 74 09  
oder per E-Mail an: [bern@profawo.ch](mailto:bern@profawo.ch)