

# MAMBINI - Gesundheitsförderung

Für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr



Jetzt schon  
anmelden!

**LAGE**

... liegt mir

**CO**  **UMNA**  
GESUNDHEITSFÖRDERUNG

SPORT  
WISSENSCHAFTLICH  
BETREIBT

## Eltern werden/sein und alles ist neu...

Lassen Sie uns zusammen Antworten auf Fragen rund um den neuen Alltag mit Ihrem Baby finden!

- Wie kann ich **Bewegung** in den Alltag mit Baby integrieren und bspw. Rückenbeschwerden durch die neuen Belastungen vermeiden oder kompensieren?
- Wie schaffen wir eine gesunde **Ernährung** für die ganze Familie?
- Was kann zu **Stress** führen und wie kann ich mit Belastungen wie Schlafmangel etc. besser umgehen?

Nutzen Sie die **10 Termine inkl. Hebammensprechstunde** und lernen Sie neue Familien kennen um sich auszutauschen.

Wir freuen uns auf Sie im:

HoT am Werreanger | Raum „Frühe Hilfen“  
Breite Str. 38 | 32791 Lage

### Infos & Anmeldung bei:

Stadt Lage | Fachgruppe Jugend  
Fachteam Jugendförderung

Koordinatorin „Frühe Hilfen“  
Nina Kunz

05232| 601 534  
mambini@lage.de

