

MAMBINI - Gesundheitsförderung

Für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr



Jetzt
schon
anmelden!



Eltern werden/sein und alles ist neu...

Lassen Sie uns zusammen im Projekt „Mambini“ Antworten auf Fragen rund um den neuen Alltag mit Ihrem Baby finden!

- Wie kann ich Bewegung in den Alltag mit Baby integrieren?
- Wie kann ich Rückenbeschwerden durch die neuen Belastungen vermeiden oder kompensieren?
- Wie funktioniert der Beikoststart?
- Wie können wir als Familie gesund für uns alle kochen?
- Wie kann ich den neuen Alltag stressfreier organisieren?
- Wie kann ich mit Belastungen wie Schlafmangel etc. besser umgehen?

Nehmen Sie mit Ihrem Kind an Workshops zu den Themen Bewegung, gesunde Ernährung und Stressbewältigung teil.

Lernen Sie neue Familien kennen und tauschen Sie sich aus.

Wir freuen uns auf Sie!



Anmeldung bei:

Stadt Lage „Frühe Hilfen“
Nina Kunz

05232 | 601 534
mambini@lage.de

Infos zu Inhalten:

Columna Gesundheitsförderung
Anika Rabe

05232 | 6 999 873
a.rabe@columna-gesundheit.de