



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.

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

Kursinformationen und
Anmeldung unter:
[www.aelf-sd.bayern.de/ernaeh-
rung/familie](http://www.aelf-sd.bayern.de/ernaeh-
rung/familie)



Einfach mitmachen und
mehr erfahren unter

- > www.aelf-sd.bayern.de
- > Amt für Ernährung, Landwirtschaft
und Forsten Schwandorf
Regensburger Straße 51, 92507 Nabburg
Tel.: 09433 896-0, Fax 09433 896-1280
poststelle@aelf-sd.bayern.de