

## „Wenn Essen keine Selbstverständlichkeit ist“ – vom Stillen/von der Flasche zum Brei

### PfiFf-Ernährungskurs für pflegende Eltern von Frühgeborenen und chronisch kranken Kindern

#### Ziele

- Schulung für pflegende Eltern, wenn die Ernährung ihres Kindes eine besondere Herausforderung darstellt
- Kompetenzsteigerung durch praktische Anleitung sowie Hinweise zu weiteren Unterstützungsmöglichkeiten
- Gruppenkurs um im Sinne der Selbsthilfe den Austausch auch untereinander zu ermöglichen

Dieser Pflegekurs ist kostenfrei und kann unabhängig von der Kassenzugehörigkeit sowie eines Pflegegrades in Anspruch genommen werden.

#### Inhalte der Schulungen

- ✓ Was kommt nach dem Stillen oder der Flaschennahrung?
- ✓ Wann, wie und mit was beginnt man? Theorie/Praxis
- ✓ Gemeinsames Kochen
- ✓ Erfahrungen und Austausch
- ✓ Tipps und Tricks zur Umsetzung

#### Termine

1. Kurs	Mittwoch, <b>16.03.2022</b> und <b>23.03.2022</b>	<b>jeweils 10 bis 13 Uhr</b>
2. Kurs	Mittwoch, <b>15.06.2022</b> und <b>22.06.2022</b>	<b>jeweils 10 bis 13 Uhr</b>

- Theorie – Was ist wichtig zu wissen?!
- Rund um die Beikost (Babykostshow)
- Praktische, frische Zubereitung von Obst und Gemüse im Vergleich zum Gläschen
- „Essensregeln“ besprechen
- Netzwerkpartner (Empfehlungen)
- Erfahrungsaustausch
  - Was lief gut? Worauf kann man aufbauen?
  - Was ist für mich wichtig?

#### Die zwei Termine je Kurs bauen aufeinander auf.

Der Kurs kann mit mindestens fünf Teilnehmer/-innen stattfinden.

#### Ort

Traglinge e.V. (auf dem Gelände des Ev. Waldkrankenhauses)  
Stadtrandstraße 555-561, Haus 13 | 13589 Berlin

#### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über Traglinge e.V., Ansprechpartnerin: Gudrun Bubolz

Telefon: 030/370227460 oder 0152 53 42 98 05

Mail: kontakt@traglinge-ev.de