



November 2010

Kinderernährung – Ernährung in der Schwangerschaft, Stillzeit und für Säuglinge

Wie groß ist der Mehrbedarf an Energie in der Schwangerschaft und Stillzeit? Welche Nährstoffe sind besonders wichtig? Was sind die besten Alternativen, wenn Säuglinge nicht gestillt werden können? Wann und wie findet der Übergang zu fester Nahrung statt? Wie kann die Einführung der Familienkost gestaltet werden?

Diese Kernfragen sowie weitere häufig gestellte Fragen aus der Beratungspraxis werden in dieser Fortbildung beantwortet. Die Grundlage bilden wissenschaftliche Empfehlungen sowie der „Ernährungsplan für das 1. Lebensjahr“ und die optimierte Mischkost „optimix“ nach dem Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE). Als Spezialeinheit wird das Thema „Allergien im Säuglings- und Kleinkindalter“ behandelt.

Inhalte:

- Energie, Nährstoffbedarf und kritische Nährstoffe in der Schwangerschaft und Stillzeit
- Säuglingsernährung – von der Muttermilch zur Beikost
- „Ernährungsplan für das 1. Lebensjahr“ nach dem FKE
- Einführung der Familienkost – optimierte Mischkost nach „optimix“
- Nährstoffsupplemente im ersten Lebensjahr
- Was tun bei Allergien?

Referentin: Thuy Nguyen, Diätassistentin, Ernährungsberaterin/DGE, *Ernährungsberaterin am Universitätsklinikum Düsseldorf – Allgemeine Pädiatrie*

Tipp: Die Fortbildung „Kinderernährung – Ernährung von Kindern in Familie, Kita und Schule“ findet im 1. Halbjahr 2011 statt. Bei Buchung beider Fortbildungen erhalten Sie 15 € Preisnachlass auf den zweiten Fortbildungstag.

Termin: 27.11.2010

Zeit: 10.00 – 16.00 Uhr

Ort: Alfried Krupp Krankenhaus /
Olympiastützpunkt Rhein-Ruhr
Wittekindstr. 62
45131 Essen

Kosten: 155 € / 140 €

(inkl. Verpflegung und
Fortbildungsunterlagen)
Ermäßigt für Honorarkräfte u.
Lizenzpartner der ESG, sowie für
Mitglieder des VDD.

Teilnehmer: ca. 25 Personen

Anmeldeschluss: 31.10.2010

Diese Fortbildung umfasst
6 UE à 45 min.