

So ernährt man sich gesund

Herford (HK). Was tun, wenn es in der Familie mit dem Essen nicht so klappt oder Kinder keinen Spaß an der Bewegung haben? Mein Kind will immer Süßes, was kann ich tun? Welche Dickmacher verstecken sich im Essen? Über diese und andere Fragen rund um die Versorgung des Nachwuchses zerbrechen sich viele Eltern täglich den Kopf. Morgen von 15 bis 18.30 Uhr und am kommenden Samstag von 9 bis 13 Uhr macht Kids Vital im Kreis Herford Mütter und Väter mit Kindern bis zehn Jahren fit für die Moderation von kleinen Gesprächskreisen für bis zu sechs andere Eltern rund um das Thema »Gesundes Aufwachsen von Kindern«.

Veranstaltungsort ist die DRK Kita Ottelau, Marienburger Straße 10, in Herford. Anfragen nimmt die Geschäftsstelle von Kids Vital unter der Telefonnummer 0 52 21/ 13 21 09 entgegen.