



Kursinhalte

Beikosteinführung

31 Lektionen à 5-15 Minuten

Modul 1: Allgemeines

Lektion 1: Was ist Beikosteinführung?

Lektion 2: BREIkost ist nicht alles!

Lektion 3: Hin- und hergerissen zwischen kindlichen Bedürfnissen und Empfehlungen der Fachgesellschaften

Lektion 4: Die Sache mit der Allergie

Lektion 5: Auch Ärzte wissen nicht alles

Modul 2: Bindung verstehen

Lektion 1: Warum es so wichtig ist, sich am Kind zu orientieren

Lektion 2: So zeigt dein Kind, dass es soweit ist!

Lektion 3: So zeigt dein Kind, dass es satt ist

Lektion 4: Welchen Plan Mutter Natur für dein Kind hat

Modul 3: Herausforderungen für Eltern

Lektion 1: Wenn das Kind nicht isst, wie es essen sollte

Lektion 2: Mehr Feinfühligkeit beim Füttern wünschenswert

Lektion 3: Vergleiche mit anderen Kindern

Lektion 4: Das kindliche Essverhalten – ein Maßstab für elterliche Kompetenz?

Modul 4: Füttern/Essen als bindungsfördernde Momente

Lektion 1: Was Füttern/Essen mit Bindung zu tun hat

Lektion 2: Vertrauen in die angeborene Intelligenz des Kindes

Lektion 3: Was du über dich selbst lernen kannst, wenn es Schwierigkeiten gibt



Kursinhalte

Beikosteinführung

Modul 5: Gläschen oder Fingerfood?

- Lektion 1: Die heutigen Möglichkeiten zur Beikost-Einführung
- Lektion 2: Vor- und Nachteile von BREI Kost und Baby-Led-Weaning
- Lektion 3: Darum bevorzugen die meisten Kinderärzte die konventionelle BREI Kost
- Lektion 4: Wie man das Eine mit dem Anderen kombinieren kann

Modul 6: So geht es weiter

- Lektion 1: Wie geht es mit Milchnahrung/Muttermilch weiter?
- Lektion 2: Wie geht es mit der Einführung von Flüssigkeiten weiter?
- Lektion 3: Fläschchen oder Becher?
- Lektion 4: Wann darf mein Kind Süßigkeiten essen?
- Lektion 5: Wann darf mein Kind Nüsse essen?

Modul 7: Das ist wirklich auffällig

- Lektion 1: Anzeichen dafür, dass dein Kind nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt ist
- Lektion 2: Hinweise dafür, dass dein Kind eine Nahrungsmittelallergie hat
- Lektion 3: Anzeichen dafür, dass dein Kind eine Krankheit hat, die zu einer Essstörung führt
- Lektion 4: Anzeichen dafür, dass deine Haltung zu Essen eine Essstörung bei deinem Kind auslöst
- Lektion 5: Wenn nichts davon passt, du dir aber dennoch Sorgen machen
- Lektion 6: Wen sprichst du in diesen Fällen an?

Kostenloses Bonus-PDF zum Download:

Erste Hilfe beim „Verschlucken“