



NATÜRLICH NATÜRLICH...



## *Elternworkshops 2023*

Herzlich willkommen zu unserer  
Vortragsreihe in der  
Stadt-Apotheke Radebeul!



## GESUND DURCHS ERSTE LEBENSJAHR

**Montag, 8. Mai, 10 Uhr**

Es erwarten Sie ausgewählte Themen rund um die Gesundheit von Babys und Kleinkindern sowie Gesundheitstipps für die ganze Familie. Dabei stellen wir Ihnen homöopathische und anthroposophische Arzneimittel sowie Aromamischungen und klassische Hausmittel vor.

**Referentin:** Cornelia Grüdl, PTA

## GUT EIN- UND DURCHSCHLAFEN

**Montag, 5. Juni, 10 Uhr**

Schlafen ist ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens. Er dient zur Erholung und Regeneration unseres Körpers. Viele Babys müssen einen Schlaf-Wach-Rhythmus erst erlernen. Wir möchten Ihnen im Workshop nützliche Tipps zur Beruhigung Ihres Babys geben und verschiedene Möglichkeiten vorstellen, wie Sie den gesunden Schlaf fördern können. Außerdem erhalten Sie Informationen zum Umgang mit schreienden, unruhigen Babys.

**Referentin:** Stephanie Kühne-Stenzel, PTA

## BEIKOSTEINFÜHRUNG

**Dienstag, 4. Juli, 10 Uhr**

Der erste Brei ist etwas ganz Besonderes. Beikost ist ein Thema, zu dem junge Eltern viele Fragen haben. Wann ist Ihr Baby bereit für die erste Mahlzeit neben der Muttermilch?

Wie sollte der Übergang zur gesunden Familienkost geschaffen und mit welchen Lebensmitteln sollte am besten gestartet werden?

**Referentin:** Silke Wächter, Pharmazieingenieurin

## TRAGWORKSHOP

**Dienstag, 5. September, 15.30 Uhr**

Sie können die unterschiedlichen Tragetücher und Tragehilfen näher kennen lernen. Auf folgende Fragen wird in diesem Vortrag eingegangen: Warum tragen wir? Ab wann kann ich mein Kind tragen? Was ist der Unterschied zwischen Tragetuch und Tragehilfe und welche Variante passt am besten zu mir?

**Referentin:** Stephanie Kühne-Stenzel, PTA

Leider ist die Teilnehmerzahl für unsere kostenfreien Kurse begrenzt.

**Anmelden** können Sie sich unter: Telefon (03 51) 8 30 41 68 oder per Mail an [info@apotheke-radebeul.de](mailto:info@apotheke-radebeul.de)

**Vortragsort** ist die Stadt-Apotheke Radebeul  
Bahnhofstraße 19, 01445 Radebeul

*Wir freuen uns auf Sie.*

