

ÜBER MICH:



Mein Name ist Romina Welge und ich arbeite seit sieben Jahren als Erzieherin im Kindergarten.

Über die Jahre hat das Thema Ernährung stetig an Bedeutung gewonnen. Immer mehr Kinder verweigern das gesunde Essen oder neigen zu Übergewicht.

Viele Eltern sind hilflos, wenn es um die „richtige“ kindgerechte Ernährung geht und fragen nach Rat.

Aus diesem Grund habe ich mich dazu entschieden eine Ausbildung zur Ernährungsberaterin zu machen, die ich 2023 erfolgreich absolviert habe.

Ich freue mich auf spannende Fragen rund ums Thema Ernährung und einen gemeinsamen Austausch in gemütlicher Atmosphäre.

KINDGERECHTE ERNÄHRUNG

Tipps, Tricks und Beratung zu allen Fragen rund um das Thema.





DIE ERNÄHRUNGSPYRAMIDE:

MÖGLICHE THEMEN:

WAS ICH ANBIETE:

Zusammenhang
Bewegung und
Ernährung.

Gemüse
schmackhaft
machen.

Wie erkenne
ich versteckten
Zucker?

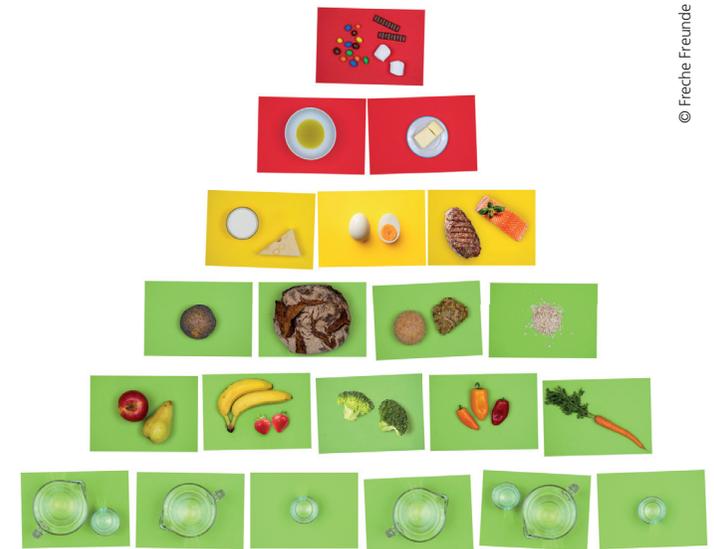
Wie kann ich
mein Kind mit
einbeziehen?

Qualifizierte Beratung für alle Fragen rund um:

- Kinderernährung
- Ernährung in der Schwangerschaft
- Erwachsenenberatung
- Praktische Beispiele zur einfachen Umsetzung zu Hause
- Tipps und Tricks zum Thema Obst und Gemüse
- Bewegungs- und Ernährungsprotokoll
- Austausch in ruhiger Atmosphäre

Kontakt:

RominaWelge@web.de
05231 680163



© Freche Freunde

**Es gibt keinen Lebensabschnitt,
in dem eine gute Ernährung
wichtiger ist, als in der Kindheit.**

Prof. Dr. Gerald Tulzer – Kinderarzt, Linz