



www.buecher.de

**AM 26.05.2025 VON 19 – 21 UHR
IM FZ MARIENGARTEN**

KINDER SIND GÄSTE, DIE NACH DEM ESSEN FRAGEN ESSBEZIEHUNG - ESSERZIEHUNG

Mit Edith Gätjen / ÖKOTROPHOLOGIN, FAMILIENTHERAPEUTIN

Erwachsene haben hohe Erwartungen an das Essen und das Essverhalten der Kinder, mit der Vorstellung, dass, wenn das Angebot stimmt, das Kind auch so essen „sollte“. Vergessen wird dabei, dass Kinder in Bezug auf das Essen Bedürfnisse haben und viel Zeit brauchen, um das Essen zu lernen und beim Essen zu lernen. Das Wissen über die Phasen der Kinderernährung, die Geschmacksentwicklung sowie der Essbeziehung und der Essbegleitung ist Grundlage für Eltern, Kinder so zu begleiten, dass diese selbstbestimmt, gesundheitsförderlich und genussvoll essen, essen lernen und beim Essen lernen können. In diesem Vortrag werden diese Aspekte erläutert, so dass eine Familien Mahlzeit nicht nur Versorgungszeit, sondern auch Beziehungs- und Bildungszeit ist.

Edith Gätjen, ist Ökotrophologin und systemische Paar- und Familientherapeutin in eigener Praxis, UGB Dozentin im Bereich vegetarischer und veganer vollwertiger Familienernährung, Lehrbeauftragte an der Hochschule für Gesundheit in Bochum, Ausbilderin für Ernährungsfachkräfte und Hebammen an verschiedenen Institutionen. Autorin.

Ergänzendes Begleitmaterial finden Sie in der Bücherei.

ANMELDUNG BIS ZUM 18.05.2025

**Mail-famz-mariengarten@katholische-kirche-
pulheim.de**



**Öffentliche Bücherei
St. Martinus Stommeln**

Esserziehung / Essbeziehung

Mit

Edith Gätjen

am

26.05.2025

19 – 21 Uhr

Im

FZ Mariengarten

Kosten: 5 €

Englisch



Familienzentrum Mariengarten

**Christian-Klausmann-Str.12
50259 Pulheim Stommeln**

Mail-famz-mariengarten

**@katholische-kirche-
pulheim.de**

Anmeldung bis zum

18.05.2025