



# Uitdagingen aan tafel

Tips en tricks voor ouders

24 oktober 2023  
van 19u30 tot 21u30



GC De Wouwer  
Kloosterstraat 4, 2380 Ravels



We willen het beste voor onze kinderen, ook op vlak van voeding. En dat kan een uitdaging zijn. Wat als de maaltijden moeilijk verlopen? Wat als je kind selectief eet? Wat als je kind niet wil proeven? Wat als je je kind dieetvrij wil opvoeden en wil laten luisteren naar zijn eigen innerlijke signalen? Maak jij je wel eens zorgen over het eetgedrag van je kind? Zie jij door het bos de bomen niet meer?

Tijdens deze vorming geeft **diëtist Anke van den Brand** je tips en tricks om de maaltijden meer ontspannen te laten verlopen en om je kind gezond en vol vertrouwen op te voeden. Met mildheid voor jezelf als ouder en voor je kind, want perfect hoeft het niet te zijn.



**Inschrijven is niet nodig! Meer informatie kan je bekomen bij dienst Kinderopvang via 014 46 24 00 of [kinderopvang@ravels.be](mailto:kinderopvang@ravels.be).**