

## Frühstück für Mütter

Unser Frühstück ist für Mütter in Tenever, insbesondere Alleinerziehende, mit Babys oder Kindern im Kita- und Schulalter.

*monatlich, dienstags, 9-11.30 Uhr*

Wir kochen, backen und essen zusammen. Gemeinsam probieren wir neue Rezepte aus. Eine Expertin gibt Tipps und Informationen rund ums Thema Frühstück und gesunde Ernährung. Wir sprechen über Fragen wie:

- Welche gesunden Rezepte schmecken Müttern und Kindern?
- Welche Rezepte sind schnell und einfach?
- Welche Lebensmittel stärken Mutter und Kind für den Tag?

In Kooperation mit Ernährungsexpertin Brigitte Bücking und den Gesundheitsfachkräften im Quartier, LVG & AFS Nds. HB. e.V.

Anleiterinnen: Brigitte Bücking (Ernährungsberaterin), Josephine Kwarteng (Gesundheitsfachkraft im Quartier, LVG & AFS Nds. HB e.V.)

*Bitte vorher anmelden!*

### Ein Angebot von:

Frauengesundheit in Tenever (FGT)

### Adresse:

Koblenzer Straße 3a  
(unter dem OTe Bad)  
28325 Bremen

### Telefon:

0421 40 17 28

### E-Mail-Adresse:

[kontakt@frauengesundheitintenever.de](mailto:kontakt@frauengesundheitintenever.de)

### Internetadresse:

[www.frauengesundheitintenever.de](http://www.frauengesundheitintenever.de)

### Nächste Termine:

- 20.08.2024, 09:00 – 11:30
- 10.09.2024, 09:00 – 11:30

### Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

### Kosten:

Kostenfrei