

Déu Akademie Online Workshop

„Gemüse kinder“

*Pflanzenbasierte Ernährung in
Schwangerschaft und Stillzeit*



mit Ninja

03.06.2023

Samstag | 10 - 13 Uhr

119 EUR



Déu Akademie Online Workshop

„Gemüse kinder“

Pflanzenbasierte Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit

Immernoch gibt es zahllose Mythen darüber, wie ungesund und schädlich eine pflanzenbasierte Ernährung für die Mutter und das (ungeborene) Kind sein können. In meinem Workshop lernst du die wichtigsten Herausforderungen kennen. Wir beleuchten gemeinsam die Besonderheiten einer pflanzenbasierten Ernährung, sowie die Nährstoffe, auf die wir ein Auge haben sollten, damit unsere Kundinnen ihren Bedarf jederzeit gut informiert decken können. Außerdem lernen wir die Parameter kennen die wichtig sind, falls unsere Frauen eine Blutanalyse beim Arzt vornehmen möchten. Untermuert werden die Informationen mit alltagstauglichen Tipps, um das Wissen am Ende nachhaltig in den Alltag integrieren zu können.



Mit Ninja

✉ hallo@gentleandslow-doula.me

📷 [gentle.and.slow_doula](https://www.instagram.com/gentle.and.slow_doula)

Ninja Borchers, Doula, Erzieherin, Ernährungsberaterin für pflanzenbasierte Ernährung und Mutter einer Tochter im Grundschulalter. Unter anderem habe ich in einem Montessori-Hort und in Kitas, aber auch in einer Film-Festival-Agentur gearbeitet. Dennoch war ich immer auf der Suche und hatte das Gefühl mit meinem Wirken nicht da zu sein, wo ich sein sollte. 2021 wurde die Stimme meines Herzens dann schließlich so laut, dass ich sie nicht mehr überhören konnte. Ich begab mich auf die Reise und wurde Déu Doula und wusste ab der ersten Minute das ich hier richtig und angekommen bin.

Buche deinen Platz indem du Pia eine Email schreibst:
hallo@karwendel-doula.de

