

# *Gesunde Ernährung und Bewegung – von Anfang an!*



**Familiennetzwerk  
Heißen**

*ab 21.10.14 um 10.30 Uhr*

*Lebenshilfe Center*

*Heinrich-Lemberg-Straße 23a*

*45472 Mülheim an der Ruhr*

*„Gesunde Ernährung und Bewegung – von Anfang an!“ ist ein Programm für Mütter mit ihren Babys/Kleinkindern von 3 Monaten bis zu 1,5 Jahren und beinhaltet Babyschwimmen, Babymassage, Kochen, Spielen und Fitness für dich und dein Baby.*

*Es ist ein Projekt des Familiennetzwerkes Heißen in Kooperation mit dem Caritas-Sozialdienste e.V. Mülheim an der Ruhr, der Lebenshilfe, den Familienhebammen der Stadt Mülheim an der Ruhr sowie dem Mülheimer Bündnis für Familie.*

mit freundlicher Unterstützung von



WIR BEWEGEN WASSER



Familienhebammen  
in Mülheim an der Ruhr



Lebenshilfe  
Mülheim an der Ruhr

MÜLHEIMER BÜNDNIS  
FÜR FAMILIE



***Ansprechpartner und Anmeldung:***

*Isabelle Wojcicki / Johanna Gall*

*Familiennetzwerk Heißen*

*Hingbergstraße 375*

*45472 Mülheim an der Ruhr*

*Tel.: 0208 / 30 18 98 26*

*familiennetzwerk.heissen@googlemail.com*

***Die Teilnahme ist kostenlos.***