

Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern (Gemüsetiger)!

„Wir wollen mit den Großen essen!“

Sollen aus unseren Kleinsten keine Naschkatzen, sondern richtige Gemüsetiger werden, muss man sie schon früh für unser vielfältiges Nahrungsangebot begeistern.

Wie das am besten funktioniert und wovon Ihr Kind jetzt am meisten braucht, hören Sie in diesem Workshop.



© Oksana Kuzmina - Fotolia.com

Über welche Themen sprechen wir?

- 🍷 Zwergerküche: Bunt ist gesund!
- 🍷 Mahlzeitenhäufigkeit und -verteilung
- 🍷 Spinat und Co.: Was Kinder jetzt brauchen
- 🍷 Gaumenkitzel: So kommen Kids auf den Geschmack
- 🍷 Süßes oder Saures? Tipps für das richtige Maß
- 🍷 Hilfe! Mein Kind will nicht essen
- 🍷 Kinderlebensmittel unter der Lupe

Termine im **Gesundheitszentrum Fehring**:

- 🍷 **Samstag, 18. Mai 2024**, 08:30 Uhr bis 11:00 Uhr
- 🍷 **Samstag, 30. November 2024**, 08:30 Uhr bis 11:00 Uhr

Ernährungsexpertin:

- 🍷 Diätologin Johanna Leitgeb, BSc

Anmeldung und Infos:

- 🍷 Team „Richtig essen von Anfang an!“ in der Österreichischen Gesundheitskasse
- 🍷 Telefonisch täglich von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr unter 05 0766 151131
- 🍷 Per Mail an richtigessen-15@oegk.at

Fotoquelle: kharlamova lv/fotolia.com

Alle Termine auf www.gesundheitskasse.at/revan



Richtig essen

von Anfang an!
Steiermark