

Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern

Kursbeitrag:

Teilnahme kostenlos

Ort:

Online, teilweise in Präsenz

Beschreibung:

Damit unsere "Kleinen" gesund groß werden, ist es von Bedeutung, sie schon früh für ein vielfältiges Nahrungsangebot zu begeistern, ihnen die Freude an einer gesunden Ernährung und die Lust am Ausprobieren schmackhaft zu machen. Hilfreiche und praxisnahe Tipps geben Antworten auf zahlreiche Ernährungsfragen und helfen bei der Umsetzung im Familienalltag.

Themen:

- Entwicklung und Essen lernen - Jedes Kind is(s)t anders
- Übergang zur Familienkost - Gemeinsam essen macht Spaß
- Nährstoffbedarf - Stark sein und wachsen
- Abwechslungsreich und kunterbunt - Ausgewogen essen
- Praxistipps für Gemüseuffel und Naschkätzchen

Zielgruppe:

für Eltern von Babys und Kleinkindern sowie deren Angehörige

Nähere Informationen, Termine und Anmeldung unter:

<https://www.gesundheitskasse.at/revan>