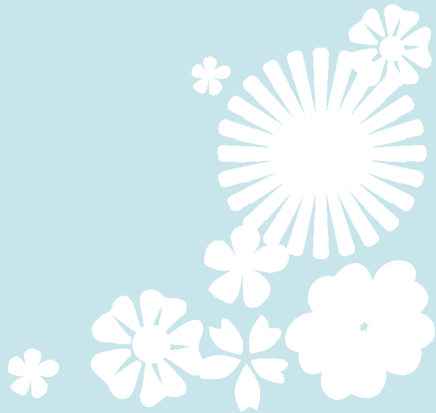


... von
Anfang
an!

- X Wann ist mein Kind satt?
- X Auf was muss ich beim Kochen achten?
- X Was ist das ideale Getränk?
- X Welche Lebensmittel soll ich auswählen?
- X Wie viele Mahlzeiten braucht mein Kind?



Workshop-Anmeldung

Für nähere Informationen zu Terminen und Anmeldung zum Ernährungsworkshop „Jetzt ess´ ich mit den Großen!“ nutzen Sie folgende Möglichkeiten:

Telefon:
05 78 07 – 10 35 24

Mail:
einsbisdrei@ooegkk.at

Internet:
www.ooegkk.at/einsbisdrei

OÖ GKK
FORUM GESUNDHEIT



OÖ Gebietskrankenkasse, Gruberstraße 77, 4021 Linz



Jetzt ess´ ich mit den Großen!

... von
Anfang
an!



CF_02_19

OÖ GKK
FORUM GESUNDHEIT



Kleine Esser ganz groß

Kinder sollen gesund aufwachsen. Eine richtige Ernährung ist dabei ein wichtiger Grundstein. Dieser Ernährungsworkshop richtet sich an Eltern mit Kindern vom 1. bis zum 3. Lebensjahr und hilft beim Übergang zur Familienmahlzeit. Die Inhalte entsprechen den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und sollen Sicherheit geben, wie Sie Ihr Kleinkind und die gesamte Familie gesund und richtig ernähren.



Wir bieten Unterstützung.

Jetzt ess´ ich mit den Großen:

Machen Sie mit beim Ernährungsworkshop für Eltern von ein- bis dreijährigen Kindern und Sie erhalten von uns Tipps zu folgenden Themen:

- Essen lernen
- Ideale Durstlöcher
- Wie viel und was braucht mein Kind täglich?
- Zubereitung
- Alternative Ernährungsformen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Bewegung macht Spaß



... von
Anfang
an!

Dauer:

1 1/2 Stunden (vormittags bzw. abends)

Kosten:

Die Teilnahme am Workshop ist kostenlos.

Gruppen:

Maximal 10 Teilnehmer/innen.
Gerne können Sie auch Ihr Kind mitnehmen.
Bitte teilen Sie uns das bei der Anmeldung mit.

Leitung:

Ernährungswissenschaftler/in oder Diätologe/Diätologin

Ort:

Die Veranstaltungen finden in Kundenservicestellen der OÖGKK, Eltern-Kind-Zentren oder Eltern-/Mutterberatungsstellen statt.