

„Co nowego w menu?” - spotkanie z Sylwią Tadrowską - edukatorem
żywniowym

Wasze dziecko potrzebuje już urozmaiconej diety, a Wy czujecie się zagubieni w temacie rozszerzania diety niemowlaka? Zapraszamy 30 września 2016r. o godz. 16.00 do Oddziału dla Dzieci „Tajemniczy Ogród” przy ul. Kilińskiego 16 na spotkanie z edukatorem żywniowym programu „Zdrowo jemy, zdrowo rośniemy” - Sylwią Tadrowską, która usystematyzuje i uzupełni wiedzę na ten temat.

Podczas spotkania nastąpi rozstrzygnięcie konkursu kulinarnego „Apetyczne i zdrowe przepisy domowe” oraz rozdamy wiele akcesoriów kuchennych.

Serdecznie zapraszamy!

Zapisy pod numerem telefonu (52) 352 72 37

Warsztaty „Co nowego w menu?” są organizowane przez Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w ramach konkursu grantowego, edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” zainicjowanego przez Fundację NUTRICIA, poświęconego edukacji żywniowej kobiet w ciąży, kobiet karmiących piersią oraz rodziców i opiekunów dzieci w pierwszym roku życia. 1000 pierwszych dni życia dziecka ma fundamentalne znaczenie dla jego zdrowia teraz i w dorosłym życiu, ponieważ jeszcze długo po narodzinach, w okresie karmienia piersią i rozszerzania diety dziecka intensywnie rozwija się jego mózg, kształtuje się układ odpornościowy, dojrzewa układ pokarmowy oraz programuje się metabolizm. W tym czasie także kształtują się nawyki żywniowe. To w jaki sposób rodzice dbają o prawidłowe żywienie dziecka, już od momentu poczęcia, ma realny i długotrwały wpływ na jego zdrowie w dorosłym życiu. Szczegółowa wiedza na ten temat i przydatne narzędzia dla rodziców dostępne są na stronie: www.1000dni.pl