



O niejadku prawie wszystko w „Tajemniczym Ogrodzie”

Opis

Jak radzić sobie, gdy w domu mamy małego niejadka? Rodzice od zawsze zamartwiają się brakiem apetytu u swojej pociechy, popełniając przy tej okazji, w trosce o swoje dziecko, niechcący wiele błędów. W piątkowe popołudnie 22 września br. w „Tajemniczym Ogrodzie” szukaliśmy uniwersalnej recepty na niejadka poczynając od nauki prawidłowych nawyków żywieniowych. Gośćmi spotkania były: psycholog Joanna Gronowska z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Inowrocławiu oraz Sylwia Tadrowska – edukator żywieniowy programu „Zdrowo jemy, zdrowo rośniemy”. Najmłodszy uczestnicy spotkania mieli możliwość spróbowania nowych smaków w potrawach zaproponowanych przez edukatora.

Warsztaty „Ratunku - niejadek!!!” zostały zorganizowane przez Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w ramach konkursu grantowego, edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” zainicjowanego przez Fundację NUTRICIA, poświęconego edukacji żywieniowej kobiet w ciąży, kobiet karmiących piersią oraz rodziców i opiekunów dzieci w pierwszym roku życia. 1000 pierwszych dni życia dziecka, już od poczęcia, 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 żywieniowe. 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

{webgallery}
image0698

Image not found or type unknown

image0699

Image not found or type unknown

image0700

Image not found or type unknown

image0701

Image not found or type unknown

image0702

Image not found or type unknown

image0703

Image not found or type unknown

image0704

Image not found or type unknown

image0705

Image not found or type unknown

image0706

Image not found or type unknown

image0707

Image not found or type unknown

image0708

Image not found or type unknown
{/webgallery}

CATEGORY

1. Inne

Kategoria

1. Inne

Data

2024/12/22

Data utworzenia

2016/09/26

Autor

admin-2