

„Smacznie, zdrowo, kolorowo” – to cykl edukacyjnych spotkań skierowany do kobiet w ciąży i karmiących piersią, rodziców, przyszłych rodziców, dziadków i opiekunów dzieci do lat trzech z Inowrocławia i okolic.

Celem projektu jest stworzenie warunków oraz kształtowanie motywacji, wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia poprzez:

- uświadomienie znaczenia prawidłowego odżywiania podczas ciąży i karmienia piersią
- propagowanie i wspieranie wyłącznego karmienia piersią przez pierwszych 6 miesięcy życia dziecka,
- upowszechnienie prawidłowych nawyków żywieniowych dzieci do lat trzech
- zmianę negatywnych trendów w żywieniu małych dzieci
- naukę planowania i przygotowania zbilansowanych posiłków.

W ramach projektu odbędzie się szereg działań między innymi spotkania z dietetykiem, doradcą laktacyjnym, warsztaty kulinarne, spektakl teatralny oraz konkurs na temat zdrowego odżywiania.

Termin realizacji cyklu spotkań edukacyjnych: 21.04 – 16.10.2015 roku

Dofinansowano w ramach konkursu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” organizowanego przez Fundację NUTRICIA. Więcej informacji na stronie www.1000dni.pl