



„Zdrowa kuchnia dla malucha” w „Tajemniczym Ogrodzie”

Opis

19 czerwca o godz. 16.30 w Oddziale dla Dzieci „Tajemniczy Ogród” Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprowicza w Inowrocławiu odbyło się kolejne spotkanie przygotowane w ramach edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” zainicjowanego przez Fundację NUTRICIA. Zajęcia prowadziła Katarzyna Buszkiewicz – dyplomowany dietetyk. Warsztaty dotyczyły zbilansowanej, zdrowej diety dziecka do trzeciego roku życia, omówiliśmy na nich takie zagadnienia jak:

- rozszerzanie diety – jak to ugryźć?
- jakich produktów nie powinno zabraknąć w prawidłowo zbilansowanym menu najmłodszych
- najczęściej popełniane błędy w żywieniu niemowląt
- rola witamin, skąd je brać i jak podawać
- zdrowe przekąski – jak prosto je zrobić
- praktyczne wskazówki dotyczące wyboru produktów spożywczych, przygotowania oraz podawania posiłków przeznaczonych dla dzieci do trzeciego roku życia.

Uczestniczki chętnie zadawały pytania i wymieniały między sobą doświadczenia związane z dietą swoich dzieci.

Warsztaty „Zdrowa kuchnia dla malucha” zostały zorganizowane przez Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w ramach konkursu grantowego, edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia”, zainicjowanego przez Fundację NUTRICIA. Celem programu jest edukacja żywieniowa przyszłych rodziców i opiekunów dzieci w pierwszych trzech latach życia.

Więcej informacji na temat prawidłowego żywienia dzieci, a także przydatne narzędzia dla rodziców, można znaleźć na edukacyjnej platformie www.1000dni.pl

{webgallery}

img324

Image not found or type unknown

img325

Image not found or type unknown
img326

Image not found or type unknown

img327

Image not found or type unknown

img328

Image not found or type unknown

img329

Image not found or type unknown

img330

Image not found or type unknown

img331

Image not found or type unknown
img332

Image not found or type unknown

img333

Image not found or type unknown
img334

Image not found or type unknown

{/webgallery}

CATEGORY

1. Imprezy dla dzieci

Kategoria

1. Imprezy dla dzieci

Data

2025/01/15

Data utworzenia

2015/06/23

Autor

admin-2