

29. Juli 2021

Presseaussendung



Mit der ÖGK richtig essen von Anfang an Kostenlose Workshops für Jungeltern

Der Grundstein für gesunde Ernährung wird bereits in der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren gelegt. Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) bietet gemeinsam mit der ARGEF GmbH (Arbeitsgemeinschaft Gesundheitsförderung) kostenlose Workshops mit aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und hilfreichen Tipps zu diesem Thema an.

Im Rahmen der österreichweiten Initiative „Richtig essen von Anfang an“ (REVAN) findet am 22. September 2021 in Weitra ein Workshop zum Thema „Jetzt ess ich mit den Großen - Richtig essen für Ein- bis Dreijährige“ statt.

In diesem Workshop erklärt eine Expertin, ob jede Mahlzeit Obst und Gemüse enthalten muss, wie viel Flüssigkeit Kinder trinken sollten und welche Möglichkeiten es gibt, den Kindern ungeliebte Lebensmittel schmackhaft zu machen.

REVAN-Workshop „Jetzt ess ich mit den Großen – Richtig essen für 1 – 3Jährige“

Wann: 22. September 2021, 15.00 Uhr

Wo: Rotes Kreuz Weitra, 3970 Weitra, Gmünderstraße 137

Eintritt frei!

Anmeldung erforderlich unter www.argef.at/revan oder 0664 88 60 21 24 oder office@argef.at