

„Apetyt Na Zmiany!” – to cykl edukacyjnych spotkań skierowany do kobiet w ciąży i matek karmiących piersią, rodziców, przyszłych rodziców, dziadków i opiekunów dzieci do pierwszego roku życia z Inowrocławia i okolic.

Celem projektu jest:

- edukacja oraz kształtowanie zachowań prozdrowotnych u przyszłych mam, kobiet w ciąży i rodziców, opiekunów dzieci do pierwszego roku życia w oparciu o 6 złotych zasad zdrowego odżywiania,
- propagowanie i wspieranie wyłącznego karmienia piersią przez pierwszych 6 miesięcy życia dziecka,
- upowszechnienie prawidłowych nawyków żywieniowych dzieci do pierwszego roku życia,
- zmiana negatywnych przyzwyczajeń w żywieniu małych dzieci,
- nauka planowania i przygotowania zbilansowanych posiłków.

W ramach projektu odbędzie się szereg działań między innymi spotkania z dietetykiem, doradcą laktacyjnym, edukatorem żywieniowym, warsztaty kulinarne, piknik oraz konkurs kulinarny. Powstaną również filmiki edukacyjne, w których specjaliści przedstawiają najważniejsze zagadnienia związane z żywieniem kobiet w ciąży oraz dzieci do pierwszego roku życia.

Termin realizacji projektu: 21.04 – 31.10.2016 roku

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

