09. April 2020

Presseaussendung

Österreichische Gesundheitskasse

Mit der ÖGK richtig essen von Anfang an: Kostenlose online-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 (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) finden für ausgefallene Termine (da persönliche Beratung derzeit leider nicht möglich ist) ersatzweise Online-Workshops* statt.

Thema der Workshops ist die Ernährung von Ein- bis Dreijährigen. Eine Diätologin bespricht mit den Jungeltern, ob jede Mahlzeit Obst und Gemüse enthalten muss, wie viel Flüssigkeit Kinder trinken sollten und welche Möglichkeiten es gibt, um den Kindern ungeliebte Lebensmittel schmackhaft zu machen.

REVAN-Workshop „Jetzt ess ich mit den Großen – Richtig essen für Ein- bis Dreijährige“

Termine im April:

16. April 2020, 09.30 – 11.00 Uhr

25. April 2020, 09.30 – 11.00 Uhr

27. April 2020, 15.30 – 17.00 Uhr

28. April 2020, 18.30 – 20.00 Uhr

*Nach erfolgter Anmeldung gibt es den Link zum Online-Workshop und eine Anleitung zum Einstieg.

Anmeldung zu den kostenfreien Online Workshops sowie gegebenenfalls weitere Termine unter: www.argef.at/revan

Rückfragen:

Österreichische Gesundheitskasse
Gesundheitsförderung und Prävention
Tel. +43 5 0766-126210
E-Mail: gsund-12@oegk.at