

2022/05/02.-án Baba-mama klubunkban Soroksáron a Táncsics Mihály Művelődési Házban Somogyi - Kovács Anita, jogi szakokleveles sportdietetikus felkérésünkre, mintegy 2 órában tartott kötetlen, interaktív személyes beszélgetést az édesanyák és babáik számára az alábbi témakörökben:

- hozzátáplálás, egészséges táplálkozás kisgyermeknek 0-3 éves korig,  
valamint speciális témákban:
  - tejallergia, glutén érzékenység, tojás érzékenység gyanúja melletti hozzátáplálás,
  - teljes értékű növényi étrend és a hozzátáplálás kapcsolata.

A jó hangulatú programon számos hasznos ismeretet kaptunk és jó néhány gyakorlati tanácsot, példákon keresztül. Anita minden kérdésünkre hozzáértő választ adott és kitöltötte azt az űrt, ami a védőnői, gyermekorvosi rendszerből hiányzik, hogy mi anyukák megértsük gyermekeink táplálkozási szokásait, igényeit. Rengeteg új ismeretet szereztünk, így egészségesebben tudjuk táplálni babáinkat, gyermekeinket.

Budapest, 2022.05.02.

*Horváth Janka*

Horváth Janka, Budapest, 23. kerületi baba-mama klubvezetője