



Gmünd, 27. September 2017

PRESSETEXT

Projekt „Kleinregion Junior“ in Schrems: Tipps zur richtigen Ernährung von Babys und Kleinkindern

Mit einem Vortrag von Ernährungsmanagerin und Wirtschaftspädagogin Mag. Nina Fietz zum Thema „Richtige Ernährung von Babys und Kleinkindern“ startete das Projekt „Kleinregion Junior“ der Kleinregion Waldviertler StadtLand erfolgreich in seine zweite Saison. Kleinregionsmanagerin Viktoria Prinz freute sich mehr als 20 interessierte Mütter mit ihrem Nachwuchs im Kulturhaus Schrems begrüßen zu dürfen.

Warum ist gerade bei Babys und Kleinkindern die richtige Ernährung so außerordentlich wichtig? Was brauchen Kinder in diesem Alter? Was ist beim Stillen und bei der Einführung von Beikost zu beachten? Diesen Fragen und vielen weiteren Aspekten, wie z.B. der kritischen Hinterfragung von Fertigprodukten, widmete sich Nina Fietz, die als Expertin natürlich ein fundiertes Wissen über das Thema Ernährung hat. Die anwesenden Mütter nutzten auch eifrig die Gelegenheit Fragen zu stellen, da darüber, was man seinem Kind am besten zum Essen geben sollte, noch immer eine große Unsicherheit herrscht. Auch wenn es dafür kein Patentrezept gibt – mit einer abwechslungsreichen, regionalen und saisonalen Kost, am besten in Bio-Qualität, legt man die Basis für eine gesunde Ernährung seines Kindes, so Nina Fietz. „Wichtig ist immer den Hausverstand einzuschalten – damit macht man schon vieles richtig“, erklärte Fietz, selbst zweifache Mutter, dass auch das Naschen – selbstverständlich als Ausnahme von der Regel – manchmal zum Speiseplan gehören darf.

**Nächster Termin bei „Kleinregion Junior“: Dienstag, 10. Oktober 2017, 9:00 Uhr:
Schnupperstunde „Babymassage“ mit Karin Opelka im Hamerlinghaus in Kirchberg am
Walde**

Information:

Kleinregion Waldviertler StadtLand
Mag. Viktoria Prinz
Kleinregionsmanagerin & Geschäftsführerin
Tel.: 02852/52506-330
Mail: waldviertlerstadtland@gmail.com
www.waldviertlerstadtland.at