

03. Februar 2022

# 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 Arbeitsgemeinschaft Gesundheitsförderung GmbH (ARGEF) 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 25. Mai 2022 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 Ein- bis Dreijährige“**

**Wann:** 25. Mai 2022, 15.00 Uhr

**Wo:** Rotes Kreuz Weitra, 3970 Weitra, Gmünderstraße 137

### **Eintritt frei!**

Anmeldung erforderlich unter [www.argef.at/revan](http://www.argef.at/revan), per E-Mail an [office@argef.at](mailto:office@argef.at) oder telefonisch unter 0664/88 60 21 25. Selbstverständlich werden die geltenden Covid-Schutzmaßnahmen eingehalten.

Darüber hinaus werden wieder **Online-Workshops** angeboten. Termine, Anmeldung und Informationen gibt es unter [www.argef.at/revan](http://www.argef.at/revan).

### **Rückfragehinweis:**

Österreichische Gesundheitskasse  
Gesundheitsförderung und Prävention

Tel. +43 5 0766-126210

E-Mail: [gsund-12@oegk.at](mailto:gsund-12@oegk.at)