



KREPITEV STARŠEVSKIH KOMPETENC: IZBERI ZDRAVO ŽIVLJENJE!

Drage mamice in očki na porodniškem dopustu!

Vloga starševstva je lahko zahtevna in naporna. A močno verjamemo, da je lahko tudi polna veselja, če o njej delimo svoje izkušnje v pozitivnem vzdušju z ostalimi starši. Vabimo vas na srečanja **KREPITVE**



STARŠEVSKIH KOMPETENC, kjer bomo govorili o koristnih in strokovnih vsebinah povezanih s starševstvom. ***Krepitev starševskih kompetenc bo potekala v sejni sobi Četrtna skupnosti Bežigrad, Vojkova 1. Začnemo ob 10.00 in končamo do 12.00.*** Za udeležbo na dogodku so potrebne predhodne prijave na ana.cesar@izriis.si.

VABLJENI V DRUŽBI NAJMLAJŠIH!

TERMINI IN TEMATIKE:

- **19. april 2018** – Pogovarjali se bomo o **PREHRANI DOJEČE MATERE**: Zaradi dojenja mame potrebujejo večje energijske potrebe, določeni prehrani pa se je potrebno izogibati.
- **24. maj 2018** – Delile bomo izkušnje in nasvete o **UVAJANJU MEŠANE HRANE** pri dojenčku.
- **28. junij 2018** – **Z DOJENČKOM NA MORJE (KAKO SE PRIPRAVITI ZA POT?)** Pogovarjali se bomo o priporočljivih ukrepih, pikih komarjev, menjavi plenice na poti...

Program Izberi zdravo življenje! podpirajo in sofinancirajo: Mestna občina Ljubljana, Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije, Zavod IZRIIS, MKS, Pet Vet Klinika Ljubljana, Eranova, ŽLŠ, zasebni donatorji. **Program je za udeležence brezplačen.** Vir fotografije: https://www.freepik.com/free-photo/mother-playing-with-baby_1482519.htm>Designed by Freepik