



## **www.baby isst mit.at - Gesunde Ernährung von Anfang an Ernährungsworkshops für Schwangere**

„Dein Baby isst mit. Deshalb schau auf dich und dein Essen“ – das ist die Kernbotschaft des Projektes „Baby isst mit“, das im Jänner 2012 in Salzburg startete. In dutzenden Workshops, die im ganzen Bundesland im Zeitraum 2012 und 2013 kostenfrei stattfinden werden, geht es um gesundes und vor allem gutes Essen für Mutter und Kind. Die richtige Ernährung vor und während der Schwangerschaft ist wichtig, um die Versorgung mit Energie und Nährstoffen für das Wachstum und die Entwicklung des Babys zu gewährleisten und um der Mutter all das zu liefern, was sie selbst braucht. Nur dann hat auch das Baby den besten Start ins Leben.

„Baby isst mit“- ein neues Projekt von Salzburger Gebietskrankenkasse und Land Salzburg im Rahmen der Vorsorgestrategie, finanziert aus den Mitteln der Bundesgesundheitsagentur. In Kooperation mit der Volkshochschule Salzburg.

Die aktuellen Workshop-Termine für werdende Mütter und Väter sowie Rezepte finden Sie unter: [www.baby-isst-mit.at](http://www.baby-isst-mit.at). Eine Anmeldung zum Workshop ist erforderlich.

Informationen zu diesem Projekt und zu den Workshops gibt es bei der SGKK:  
Mag. Margit Somweber, [margit.somweber@sgkk.at](mailto:margit.somweber@sgkk.at), Tel. 0662 8889 DW 1045