

Виховання харчування — Наталія Самойленко, Анна Бєлокоз



Книга, яка має на меті допомогти батькам виростити здорових і щасливих дітей, надавши їм практичні та ефективні стратегії для формування правильних харчових звичок. Спираючись на власний досвід дієтологів і матерів, пропонують поради з усіх питань – від грудного вигодовування та введення твердої їжі до роботи з перебірливими дітьми та заохочення дітей до здорового вибору продуктів харчування. У книзі підкреслюється важливість встановлення позитивних стосунків між дітьми та їжею, а також надаються поради та рецепти, які допоможуть зробити час прийому їжі веселим і приємним для всієї родини.