



Ruokakasvatusyhdistys
RUUKKU



Apua lapsen
valikoivaan
syömiseen



Ruokarohkeus- valmennus

Ilmoittautukaa mukaan!

etätoteutus | maksuton keväällä 2025

VALMENNUKSEN SISÄLTÖ

- Käytännön vinkkejä ja menetelmiä ruokailun sujuvoittamiseen.
- Harjoituksia ja tehtäviä, joita voi toteuttaa lapsen kanssa kotona.
- Asiantuntijan ohjausta ja vertaistukea muilta perheiltä.
- 3-7-vuotiaiden lasten perheille.
- Kesto 5 viikkoa.



Lue lisää ja ilmoittaudu:
www.ruokakasvatus.fi/ruokarohkeusvalmennus

Valmennuksen järjestävät Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry:n lasten ravitsemuksen ja ruokakasvatuksen asiantuntijat.