

Kurztext

Anja Constance Gaca

Babyernährung

Vom Stillen bis zur Beikostphase – gesund und glücklich durch das erste Jahr

160 Seiten, mit ca. 50 Farbfotos

Pappband

19,99 € (D) / 20,60 € (A) / 28,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6940-2



Das Thema „Babyernährung“ beschäftigt Eltern bereits vor der Geburt. Doch Stillen, Füttern und Beikost ist mehr als reine Nahrungsaufnahme. Es geht dabei nicht nur um das WAS, sondern auch um das WIE. Die erfahrene Hebamme Anja Constance Gaca stellt die Bedürfnisse des Kindes in den Mittelpunkt und beleuchtet in diesem Buch alle wichtigen Aspekte rund um die Ernährung im ersten Lebensjahr. Auf diese Weise ermöglicht sie den Eltern, die Grundlagen für ein späteres, gesundes Essverhalten des Kindes zu legen. Statt dogmatisch den einen – vermeintlich richtigen – Weg vorzugeben, bietet die Autorin fundierte Informationen und liefert damit eine kompetente Entscheidungshilfe in allen Ernährungsfragen. So hilft dieser Ratgeber den Eltern dabei, die individuell richtige Ernährungsweise für ihr Kind zu finden, und sorgt für einen entspannten Umgang mit diesem so wichtigen und emotionalen Thema.