

Minä ja ruokarohkeus

Jutelkaa yhdessä

Ruokaan liittyy paljon ajatuksia ja mielipiteitä. Toiset ruuat maistuvat hyvältä ja toiset vähemmän hyviltä. Uusiin ruokiin tutustuminen voi tuntua jännittävältä ja siihen tarvitaan rohkeutta.

Uskaltaisitko ensin haistaa tai vaikka nuolaista?

KOTIJOUKOILLE

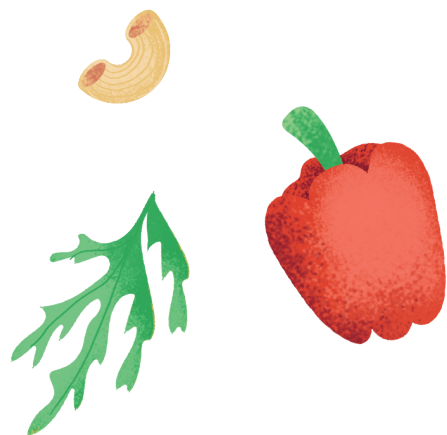
Neuvokasperhe.fi-sivuilta ideoita ja vinkkejä perhearkeen; syömiseen, liikkumiseen, lepoon ja ruutuaikaan sekä lapsen kehosuhteeseen.

Käy sivuilla tutustumassa esimerkiksi miten harjoitella ruokarohkeutta lapsen kanssa.



Minä olen Nepe ja olen ruokarohkea!

Minä olen Rotta Ronkeli ja harjoittelen ruokarohkeutta.



Luekaa kotona Rotta Ronkelin tarina, miten hän harjoittelee ruokarohkeutta.



