

FORTINI OSAKSI LAPSEN JOKAPÄIVÄISTÄ ELÄMÄÄ

YLEISIÄ VINKKEJÄ

- Ole kärsivällinen, jokaisella lapsella on omanlaisensa tarpeet ja ne voivat muuttua ajan kanssa
- Luota itseesi ja ota askel kerrallaan, oikeiden tapojen löytämiseen kuluu oma aikansa
- Tarjoa, älä pakota

MITEN OTTAA FORTINI KÄYTTÖÖN

Alla on esitetty tapoja, joiden avulla Fortinin voi ottaa osaksi lapsesi jokapäiväistä elämää. Aloita kokeilemalla niitä tapoja, joiden uskot toimivan parhaiten. Jatka eri keinojen kokeilemisestä, kunnes löydät perheellesi parhaan vaihtoehdon. Alla esitetyt tapoja voi tarvittaessa soveltaa ja voit saada niistä vinkkejä arkeen.



KOTONA...

- Kokeile yhtä makua/koostumusta kerrallaan
- Käytä Fortinia ruoanlaitossa esim. lisää pannukakkutaikinaan tai pirtelöön
- Leikin tai pelailun varjolla Fortini tulee tutummaksi
- Anna lapsesi nauttia Fortinia siellä, missä hänelle parhaiten sopii esim. pöydän alla, jos hän kokee olonsa siellä turvalliseksi

KOULUSSA...

- Pakkaa aina lapsellesi mukaan pieni määrä Fortinia, esim. 2–3 erimakuista pulloa
- Kysy, voisiko koulussa onnistua erillinen välipalaketki Fortinin juomiselle

MATKASSA...

- Fortinia voi nauttia ennen kaverien kanssa leikkimistä
- Fortinia voi ottaa mukaan välipalaksi tai evääksi

ISOVANHEMPIEN KANSSA...

- Pakkaa aina lapsellesi mukaan pieni määrä Fortinia, esim. 2–3 erimakuista pulloa
- Fortinia voi ottaa mukaan välipalaksi tai evääksi

HARJOITUKSISSA...

- Pakkaa Fortinia mukaan treenikassiin. Pyydä valmentajaa muistuttamaan lasta ottamaan Fortini välipalaksi
- Anna lapsellesi mukaan juomapullo jossa on Fortinia

www.nutricia.fi

Ole yhteydessä terveydenhuollon ammattilaiseen, jos olet huolissasi lapsesi ravinnonsaannista.

Fortini on kliininen ravintovalmiste sairautteen liittyvän vajaaravitsemuksen ruokavalihoitoon. Käytetään terveydenhuollon ammattilaisen ohjauksessa.



FORTINI – lapsille, joilla on pieni ruokahalu ja suuri elämännälkä