



PRESSMEDDELANDE

Stockholm den 3 september 2019

Hur kan BVC prata mat med småbarnsföräldrar?

Många småbarnsföräldrar är oroliga över sina barns matvanor och BVC får många frågor. Det kan handla om allt från om barnet äter för mycket, för lite, behöver kosttillskott eller om pannkakor duger till middag. För att stärka BVC-personalen och hjälpa dem att föra bra och konstruktiva samtal med föräldrarna, har barndietisten *Sara Ask* skrivit handboken *Prata mat med småbarnsföräldrar*.

Sara Ask är en av Sveriges främsta barndietister och i sin nya bok besvarar hon de vanligaste frågorna som brukar komma upp i samtalen på BVC samt ger många konkreta råd och tips. Syftet med boken är inte att ersätta dietistkontakt där sådan behövs, utan att de samtal som förs redan i dag ska bli så bra som möjligt.

Boken kan användas som stöd i samtal med föräldrar och fungerar också som en uppslagsbok. Den är baserad på Livsmedelsverkets riktlinjer och den forskning som finns kring barn och mat. Exempel på kapitel i boken:

- Smakportioner
- "Mitt barn äter inte!"
- Barn som inte gillar grönsaker
- Fibrer, förstoppning
- Övervikt
- Att prata med pålästa föräldrar

Om författaren

Sara Ask är legitimerad dietist och var kliniskt verksam under många år på Astrid Lindgrens barnsjukhus. Nu ägnar hon sig helt åt sin egen verksamhet och skriver artiklar och fackböcker. Hon är också en ofta anlitad föreläsare och medverkar till exempel i konferensen *Barnhälsovård i fokus 2019*, den 8 november 2019. Hennes programpunkt heter "När barn inte äter".

Om boken

Titel: Prata mat med småbarnsföräldrar – en handbok för BVC

Författare: Sara Ask

Utgivning: 11 november 2019

ISBN: 978-91-7741-170-3

Sidor: 96

Pris: 215 kr exkl moms.

Boken finns hos bokhandlare på nätet och i butik samt på www.gothiafortbildning.se

Presskontakt

Pia Leufstedt, PR-ansvarig

072-050 39 04, pia.leufstedt@gothiafortbildning.se

Om Gothia Fortbildning

Gothia Fortbildning erbjuder kompetensutveckling för de som arbetar inom skola, vård och omsorg. Vi ger ut tidningar, böcker, digitala tjänster och broschyrer samt arrangerar kurser, konferenser och uppdragsutbildningar. Vår verksamhet bygger på vetenskap och beprövad erfarenhet. Målet är att sprida kunskap som inspirerar och gör nytta. Besök www.gothiafortbildning.se för mer information om oss och om våra produkter.

GOTHIA
FORTBILDNING

Gothia Fortbildning AB. Kungsholmstorg 5. Box 22543, 104 22 Stockholm. Fakturaadress: FE 5111, 838 77 Frösön.
Växel 08-462 26 60, kundservice 08-462 26 70, info@gothiafortbildning.se, www.gothiafortbildning.se. Org. nr 556055-5319