

*Spend a safe Christmas with simple tips by
SafeFood4Children!*



- Remember that children of 0-3 years do not have the full dentition neither have coordinated mechanisms chewing and swallowing, so do not give hard foods or break into pieces without losing its consistency.



* Fate attenzione con la carne, rimuovete tutte le ossa e i filamenti, mentre per il pesce, rimuovete le lisce e controllate bene che nella carne non ci siano residui ossei.

* Non date ai bambini bocconi troppo grossi. L'alimento deve essere tagliato in pezzi di circa 5 mm per lato.



* Con le noci e per la maggior parte della frutta secca e con alimenti che la contengono come la cioccolata, fate sempre attenzione. Cercate di ridurre il tutto in farina, aggiungendoci dello yogurt o una purea di frutta per facilitare la deglutizione.



* Ricordatevi di supervisionare i bambini al momento del pasto e non lasciate che corrano o giochino mentre stanno mangiando.



Per tutti gli altri consigli e per avere un'informazione di base per prevenire il rischio di soffocamento, fate il corso di SafeFood4Children.

PERCHE' ABBIAMO A CUORE I BAMBINI E NON SOLO A NATALE

BUONE FESTE DAL TEAM DI SAFEFOOD4CHILDREN!

www.safefood4children.org