Canpol Babies - Gugarelli Edukattivi

Mill-ewwel mumenti tal-ħajja tagħha, it-tarbija tiegħek qed issir konxja tad-dinja madwara bis-sensi kollha: tirrikonoxxi r-riħa u l-vuċi tal-omm. Jum wara jum, xahar wara xahar it-tarbija qed takkwista ħiliet ġodda. Is-sensi jsiru aktar u aktar qawwija sabiex jarfu l-kuluri u l-ħsejjes, waqt li l-koordinazzjoni li tkun qed tiżviluppa bejn il-vista tal-għajn u l-moviment tippermetti l-qbid preċiż u ċ-ċaqliq konxju tal-ġugarelli, u hekk kif jgħaddi ż-żmien, it-tarbija titgħallem li tagħraf il-forom. Ftakar li inti biss turi din id-dinja lit-tarbija tiegħek. U hawnhekk fejn il-ġugarelli sbieħ u bis-sens minn CANPOL BABIES ikunu ta' għajnuna għalik.

Ibda bil-ġugarelli mobbli....

Il-vista tat-tarbija tiżviluppa b'mod intens fl-ewwel xhur tal-ħajja. Ir-riċerka wriet li t-tarbija tara l-aħjar il-blu, l-aħmar, l-aħdar u l-isfar fil-bidu nett. Jekk trid lit-tarbija tiegħek ittejjeb is-sens tal-vista, dendel fuq is-sodda tat-tarbija l-ġugarell mobbli tal-CANPOL BABIES bil-figuri kkuluriti mwaħħlin. Wara li tibdilha tinstema' melodija helwa u orsijiet kkuluriti, annimali jew qmura jiċċaqilqu quddiem għajnejn it-tarbija. Iċ-ċaqliq u l-kulur jgħinu lit-tarbija li tiffoka l-għajnejn u l-attenzjoni. Trabi ta' xahrejn diġà jidhru interessati fil-ġugarelli mobbli u l-melodija tista' tikkalma anke l-bikja ta' tarbija tat-twelid.

Il-ġugarelli mobbli jinteressaw ukoll lil trabi akbar. Kuluri u figuri vivaċi li jiċċaqilqu jattiraw lit-tarbija, jistednuha biex taqbad, u ttejjeb il-koordinazzjoni bejn il-vista u l-moviment. Fis-suq hemm għażla kbira ta' ġugarelli mobbli ta' CANPOL BABIES.

... u ġugarelli mużikali

Barra l-ġugarelli mobbli tal-CANPOL BABIES inti tista' tgħażel ukoll ġugarelli mużikali tal-CANPOL BABIES li jiddendlu mal-ġenb tas-sodda tat-tarbija. Annimal kulurit, xemx titbissem jew dar komika li toħroġ ħsejjes sbieħ bla dubbju jqajmu l-interess tat-tarbija.

CANPOL BABIES joffru għażla wiesa' ta' ġugarelli edukattivi, minn Play Gyms għal Teethers għal ġugarelli rotob u Ġugarelli għal Pramm u ħafna aktar.

Għal aktar informazzjoni kkuntattja lil Alfred Gera & Sons Ltd. fuq Tel. 21446205.

Kompetizzjoni!

Kemm jidru tfal ġo l-logo tal Canpol Babies?

L-ewwel zewġ rebbieħa jirċievu Canpol Babies Musical Mobile b'xejn. Ibgħat ir-risposta tiegħek fuq **nutrition.support@mtnestle.com** sat-23 ta' Frar 2009.

Servizzi ta' appoġġ tan-Nutrizzjoni Nestlé

- Għandek xi mistoqsijiet li tixtieq tistaqsi lill-espert tad-dieta jew lill-psikologu konsulenti tagħna dwarek jew it-tarbija tiegħek?
- Tixtieqna niddiskutu xi suġġett partikolari fil-Fuljett Mio?

Iktbilna fuq: **nutrition.support@mt.nestle.com**
u tirċievi parir professjonali b'XEJN.

Nestlé – Since 1866

Good to talk
Ċempel 8007 2209
Mon to Thur 8.00am - 12.30pm, 1.15pm - 5.00pm
Fri 8.00am - 12.30pm, 1.15pm - 3.30pm

Nestlé mio
NEWSLETTER ISSUE 08

ARTIKLI *Ir-Rokna Nilqgħu għal-allerġiji* • **INFORMAZZJONI** *Ir-rokna Jiena Tqila*
PROMOZZJONI *MiddleSea* • **RIGALI** *Canpol Babies* • **KOMPETIZZJONI** *Tar-ritratti*

MUMMY & BABY CLUB

Merħba!

Merħba għat-8 Edizzjoni tan-Newsletter tal-Mio Club. Il-Milied huwa staġun speċjali għal kulħadd. Għalhekk aħna hawnhekk fil-Mio Club dejjem naghmlu mezz biex naghtukom offerti u beneficcji ta' valur. Inti tista' tibbenefika mill-offerta tal-Middlesea ta' Gwarniċ tar-Ritratti tal-Forever Friends b'xejn meta tixtru MSV Babybond. Ħu sehem fil-kompetizzjoni tar-ritratti tal-Mothercare u inti tista' tirbaħ vawċer ta' €25.00 mingħand Mothercare.

Middlesea

Agħti lit-tarbija tiegħek futur sigur

MIDDLESEA VALLETTA LIFE
Assurance Company Limited

Il-futur huwa tagħhom u għalhekk għamlu wieħed tajjeb bl-MSV Baby Bond! It-tfal huma speċjali u jixirilqhom l-aħjar. Dan huwa mod kif inti tiżgura li t-tfal tiegħek jibdew sewwa l-ħajja.

Il-Baby Bond ġiet maħsuba għall-ġenituri biex tgħinhom ifaddlu għall-futur t'uliedhom biex jassiguraw li jkollhom flus fil-ħin propizju. Il-flus jistgħu jintużaw għall-edukazzjoni, żwieġ, dar jew għal kull ħaġa oħra li huma jistgħu joħolmu biha.

Il-pjan jista' jkun imfassal biex titħallas somma garantita sabiex it-tfal ikunu protetti fl-eventwalità tal-mewt għall-għarrieda ta' ġenitur/i. It-tfal imsemmija fil-Baby Bond ikollhom l-għażla li jieħdu l-pjan f'isimhom mingħajr il-ħtieġa li jagħmlu eżami mediku sal-età ta' 25 sena.

Il-Baby Bond tista' tiġi trasferita lil u titkompla mit-tifel jew tifla meta jilħqu l-età ta' 18-il sena. Il-pjan jista' jinxtara meta t-tarbija jkollha tliet xhur għal €40 kull xahar. Investiment ta' €600 imħallas kull sena għal 25 sena taħt il-Baby Bond għandu jiġġenera somma ta' madwar €26,500 meta jimmatura (somma stmata bl-użu ta' rata bonus regulari ta' 4.5%).

Għal aktar informazzjoni kkuntattja lil
Middlesea Valletta Life Assurance Co. Ltd,
Tel: 2122 6411;
E-mail: info@msvlife.com
Websajt: www.msvlife.com

Il-Middlesea Valletta Life Assurance Company Limited hija liċenzjata mill-Awtorità Għas-Servizzi Finanzjarji ta' Malta biex tmexxi negozju fit-tul skond l-Att tal-1998 dwar il-Kummerċ tal-Assigurazzjoni. Com: 211108A

Gwarniċ tar-ritratti tal-Forever Friends jingħata lill-membri tal-MIO Club meta jixtru pjan ġdid tal-Baby Bond matul l-2009 meta turu l-Mio Member ID Card.

Ir-Rokna Nilqgħu għall-allerġiji

Kif tipprevjeni allerġiji mill-ikel.

L-allerġiji qed jiżdiedu madwar id-dinja kollha, speċjalment fil-pajjiżi industrijalizzati. Bħalissa, terz tal-popolazzjoni tad-Dinja qed turi sintomi ta' allerġiji. Bejn 10% u 20% tat-tfal isofru minn neurodermititis (eczema atopica), li minnha nofs il-każi huma kkawżati minn allergiji mill-ikel.

Il-predispożizzjoni għall-allerġiji hija ereditarja. Għal tarbija li missierha, ommha jew ħutha, diġà għandhom allerġija, ir-riskju li tiżviluppa allerġija huwa akbar. Jekk ma' għandek ebda idea jekk jeżistux każi ta' allerġiji fil-familja tiegħek, toqgħodx taħsbiha biex tkellem lit-tabib tiegħek.

Illum, studji varji li saru f'diversi pajjiżi juru li jekk miżuri preventivi jittieħdu kmieni fost it-trabi u t-tfal żgħar jistgħu jikkontribwixxu għat-tnaqqis tal-ħruġ ta' sintomi allerġiċi. Fl-ewwel ftit xhur tal-ħajja tat-tarbija, barra l-miżuri indiretti, huwa importanti t-tip ta' dieta.

Ir-riċerka wriet li dieta baxxa f'allerġeni matul l-ewwel sitt xhur tnaqqas bin-nofs ir-riskju li jiżviluppaw allerġiji fl-ewwel ħames xhur tal-ħajja tat-tarbija.

Ir-Rokna Jiena Tqila

Il-ħtiġijiet kuljum ta' vitamini għal omm tqila*

Vitamina	Ħtiġijiet ta' kuljum	Sors
Vitamina A	1.1 mg	Abjad tal-bajd, tonn
Vitamina D	5 µg	Ħalib, prodotti tal-ħalib, ħut żejtni (aringa, salamun, tonn, sardin), bajd
Vitamina E	13 mg	Żejt veġetali, marġerina, ġellewż
Vitamina K	60 µg	Wheatgerm, patata, kaboċċi ta' Brussell
Vitamina B1	1.2 mg	Majjal, ċereali mhux maħduma, ħobż wholemeal, ħmira, ħut
Vitamina B2	1.5 mg	Ħalib, prodotti tal-ħalib, ħmira
Niacin	15 mg	Ċereali mhux maħduma, laħam, ħut, ħaxix, ħobż wholemeal
Aċidu pantoteniku	6 mg	Bajd, ċereali mhux maħduma, ħobż wholemeal
Vitamina B6	1.9 mg	Ħut, laħam, ħaxix, ċereali mhux maħduma, ħobż wholemeal
Aċidu foliku	600 µg	Wheatgerm, nuħħala tal-qamħ, ħmira, ħaxix frisk (spinaċi), ġewż
Vitamina B12	3.5 µg	Ħut, laħam, bajd, ħalib, ġobon
Biotin	30-60 µg	Ħalib, prodotti tal-ħalib, bajd, ċereali mhux maħduma, legumi, ġewż
Vitamina C	110 mg	Frott taċ-ċitru, frott tal-kiwi, frawli, patata

***Valuri ta' Riferenza tat-Teħid tan-Nutrijenti, L-ewwel edizzjoni (Is-Soċjetà Ġermaniża tan-Nutriment, 2002).**

Ir-rwol tal-minerali

Sustanzi minerali, bħall-vitamini, fi kwantità suffiċjenti, jgħinu fil-protezzjoni tal-ġisem ta' mara tqila u jassiguraw li jiffunzjona kif suppost. Ir-rwol huwa, infatti, importanti għall-proċessi kimiċi kollha fil-ġisem (metaboliżmu).

Il-ħadid u s-saħħa
Id-dieta għall-mara tqila jeħtieġ li jkollha ammont ta' ħadid. Dan għaliex hekk kif il-fetu jiżviluppa u l-mara żżid il-piż, il-ġisem tagħha ikun jeħtieġ kwantità akbar ta' demm. Il-korpuskoli tad-demm ħomor fihom emoglobina, li għandha rwol deċiżiva fil-formazzjoni tas-sistema ċirkulatorja u jeħtieġu teħid adegwat ta' ħadid li jrid jiġi prodott.

Kalċju f'kull ikla
Il-kalċju huwa wieħed mill-elementi l-aktar importanti matul it-tqala. Il-ġisem tal-omm jipprovdi kalċju lit-tarbija minn kmieni sabiex jgħinha tiżviluppa l-għadam u s-snin tat-tarbija.

Huwa essenzjali li jittiekel ikel li jiżgura teħid suffiċjenti ta' kalċju, li huwa rrakkomandat li jkun ta' 1,000 mg kuljum. Il-prodotti tal-ħalib jissupplixxu l-aħjar livelli ta' kalċju kemm għall-omm kif ukoll għat-tarbija. Tazza kbira tal-ħalib biss, per eżempju, fiha 300 mg ta' kalċju. L-istess kwantità tista' tinstab f'jogurt u nofs, 300 g ta' ġobon abjad artab jew 30-40 g ta' ġobon iebes.

Sustanzi minerali importanti oħra u traċċi ta' elementi huma l-manjesju (li ssibu fil-patata, banana, xgħir mhux maħdum u legumi), li jgħin il-metaboliżmu u jipproteġi kontra l-bugħawwieġ fis-sieq, żingu, jodju u fluworidu (f'ħut tal-baħar, ċanga, piżelli u melħ togħma ta' jodju u fluoriwdat).

Ħtiġijiet ta' kuljum ta' minerali*

Kalċju	1,000 mg	Prodott tal-ħalib, ħut, tofu, ħaxix bil-weraq skur, legumi, xi tipi ta' ilma minerali, brokkli, bużbież, kaboċċi
Manjesju	310 mg	Ġewż u żerriegħa, banana, ħaxix bil-weraq skur, brokkli, kaboċċi, legumi, spinaċi, prodotti taċ-ċereali mhux maħduma u taċ-ċereali, laħam, kawkaw, ilma minerali
Ħadid	30 mg	Laħam dgħif, berquq mnixxef, ħaxix bil-weraq skur, żbib, legumi, patata bil-qoxra, gambli kbar, ċereali mhux maħduma, żerriegħa tal-ġulġlien, tin imnixxef u tamal
Jodju	200 µg	Ħalib, bajd, frott u ħut imsajrin, melħ togħma ta' jodju
Żingu	10 mg	Laħam dgħif, dundjan, fażola u piżelli mnixxfa

***Valuri ta' Riferenza tat-Teħid tan-Nutrijenti, L-ewwel edizzjoni (Is-Soċjetà Ġermaniża tan-Nutriment, 2002)**

Dan is-suġġett ser jitkompla fil-ħarġa li jmiss tal-fuljett Mio.

from 8 mos.
STAGE 3

Mio Latte Merenda Frott bil-Ħalib

FIH AKTAR MINN 80% ħalib

Merenda al Latte Pera
Pear/Lanġas

Merenda al Latte Albicocca
Apricot/Berquq

Fatti dwar il-Prodott

Merenda al Latte Nestlé Mio għandha iżjed minn 80% ħalib li huwa sors importanti ta' proteini kompleti u vitamina B2.

Meta jkun qed isir il-ftim, id-dieta tat-tifel jew tifla tibda ssir aktar rikka bil-mod il-mod, b'ikel u togħmiet ġodda. Anki n-numru u t-tqassim tal-ikliet jibdew jixbħu dawk tal-kbar skont pjan maqsum f'4 mumenti ewlenin: il-kolazjon, l-ikla ta' nofsinhar, snekk u l-ikla ta' filgħaxija.

Nestlé Mio ppreparat firxa ta' snekks tal-ħalib biex it-tifel jew tifla tiegħek ikollhom ikla ħafifa delizzjuża imma li jkollha l-enerġija meħtieġa.

Il-Merenda al Latte Nestlé Mio huma ppreparati b'ingredjenti magħżulin bir-reqqa f'tazzi prattiċi tal-plastik biex ikunu jistgħu jittieklu anki meta ma tkunx id-dar.

Kif tippreparah

Servi f'temperatura tal-ambjent jew kiesaħ. 4x100-G ġo tazzi tal-plastik.

Kompetizzjoni tar-ritratti
Mument tal-ġenitur u t-tarbija

Dan ix-xahar iġbed l-isbaħ mumenti tiegħek flimkien mat-tarbija. Ibgħatilna l-aħjar ritratt tiegħek u tista' tirbaħ vawċer ta' €25.00 (Lm10.73) mill-Mothercare.

Kundizzjonijiet:
Għandek tibgħat ir-ritratt f'format diġitali f'reżoluzzjoni għolja bl-email sa nhar it-Tnejn 23 ta' Frar 2009 fuq:
nutrition.support@mt.nestle.com

mothercare

Mrs Josette Pace & Abigail Pace

Ir-rebbieħa tal-kompetizzjoni CHANEL

Mio Newsletter 7, Settembru 2008

Mrs Yvette Gatt mill-Imgarr, Malta rebħet €154 prodotti CHANEL.