

這些資訊適用於

# 12至24個月大的兒童

## 8個健康習慣

### 讓孩子吃多種多樣的**健康食物**

一種新的食物，也許需要很多次給孩子提供試吃的機會。  
要是孩子開頭不喜歡，那麼可以等慢些時候再試試。



March 2021 © NSW Health. SHPN (CPH) 210185.

**healthykids**  
for professionals

該網站介紹了更多的健康習慣常識：[healthyliving.nsw.gov.au](http://healthyliving.nsw.gov.au)  
該網站為醫務人員提供了更多的資料：[pro.healthykids.nsw.gov.au](http://pro.healthykids.nsw.gov.au)



健康飲食  
積極生活

Traditional Chinese