



Dnia 1 grudnia 2011r. w grupie najmłodszych przedszkolaków odbyła się pogadanka multimedialna na temat „Co trzeba jeść, by być zdrowym?”. Na spotkanie zaproszona została pani Monika Marczuk – pielęgniarka Przychodni „Hajmed”, na co dzień zajmująca się promocją zdrowia wśród dzieci i dorosłych.

Dzieci z grupy „maluszków” i 4-latków po raz pierwszy usłyszały o piramidzie zdrowego żywienia, poznały produkty, które trzeba jeść, a których unikać.

Wszystkie zgodnie stwierdziły, że słodyczne szkodzą zębom, zaś tłuste i słone potrawy powodują otyłość. Z przedstawionej prezentacji dowiedziały się o konieczności jedzenia warzyw i owoców i o tym, że najważniejszy dla zdrowia jest ruch na świeżym powietrzu.

Na zakończenie spotkania z ekspertem dzieci dostały kolorowanki i magnesy przypominające zasady zdrowego odżywiania i obiecały, że przypomną rodzicom w domu, jak należy dbać o zdrowie.

J. Ruszuk

{gallery}aktualnosci/0050{/gallery}