

"Moje dziecko idzie do szkoły" - spotkanie z Panią pielęgniarką [1]



W czwartek dzieci 5 i 6-letnie spotkały się z Panią pielęgniarką Małgorzatą Molką. Dzieci dowiedziały się jak ważne jest przestrzeganie zasad zdrowego żywienia, przypomniły sobie jak wygląda piramida żywienia. Ponadto, Pani pielęgniarka przypomniała nam, że spożywanie 5 posiłków w ciągu dnia jest bardzo istotne dla naszego zdrowia oraz, że śniadanie to podstawowy posiłek, który dostarcza nam energii na cały dzień. W czasie spotkania nie można było nie wspomnieć o aktywności fizycznej, która obok racjonalnego odżywiania jest kluczem do zdrowia.

Dziękujemy Pani Małgorzacie za spotkanie i przekazanie nam sporej dawki wiedzy.

Agnieszka Kalita























Source URL: <https://jarzebinka.noweskalmierzycze.pl/de/node/669>

Links:

[1] <https://jarzebinka.noweskalmierzycze.pl/de/node/669>