

[Spotkanie dzieci 5 i 6-letnich 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.

[Chcesz obejrzeć zdjęcia - kliknij tutaj](#) [2]

Agnieszka Kalita

Source URL: <https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/671>

Links:

[1] <https://jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/en/node/671>

[2] <http://www.jarzebinka.noweskalmierzyce.pl/pl/news/spotkanie-z-pani%C4%85-piel%C4%99gniark%C4%85-0>