



Szanowni Państwo,

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Jarosławiu informuje, że Podkarpacki Wojewódzki Inspektor Sanitarny organizuje bezpłatny webinar online dla rodziców dzieci uczęszczających do klas 1-3. Webinar odbędzie się **w dwóch terminach** do wyboru:

17.10.2023 r. w godzinach 17:00-20:00

[Kliknij tutaj, aby dołączyć do spotkania](#)

□ **19.10.2023 r. w godzinach 9:00-12:00**

[Kliknij tutaj, aby dołączyć do spotkania](#)

Podczas spotkań zostaną poruszone tematy takie jak:

- **Miejsce nauki przyjazne dziecku** (w tym jak prawidłowo spakować tornister) – Ewa Pitrus – kierownik Oddziału Higieny Dzieci i Młodzieży WSSE w Rzeszowie
- **Odpowiednia dieta dziecka w wieku szkolnym** (co pakować dziecku na drugie śniadanie, jak dbać o zdrowe nawyki żywieniowe, kilka porad) – dr Edyta Łuszczki – Instytut Nauk o Zdrowiu UR
- **Rola aktywności fizycznej w rozwoju dziecka** (dobre praktyki, jak wprowadzić aktywność fizyczną w plan dnia dziecka, podkreślenie jak ważna ona jest w rozwoju dziecka) – dr Jarosław Herbert – Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej UR

Zainteresowanych tematem zachęcamy do udziału!