



23 listopada odbyło się spotkanie dzieci z klas O-III oraz przedszkola z pielęgniarką Panią Beatą Lichotą. Wizyta pielęgniarki miała związek z realizowanymi w szkole działaniami z zakresu promocji zdrowia. Spotkanie rozpoczęło się od gimnastyki i ćwiczeń oddechowych.

Następnie Pani pielęgniarka przeprowadziła pogadankę dotyczącą zdrowego stylu życia oraz potrzeby dbania o swoje zdrowie. Podkreśliła ogromne znaczenie regularnego spożywania pełnowartościowych posiłków, picia zdrowych napojów, w szczególności wody oraz zjadania warzyw i owoców. Dzieci poznały piramidę zdrowego żywienia oraz dowiedziały się, gdzie występują witaminy. Na koniec spotkania rozwiązywały krzyżówkę o służbie zdrowia..









