

# Spotkanie z dietetykiem

W środę 03.04.2024 roku odbyło się dla naszego przedszkola spotkanie z dietetykiem, Panem Mateuszem Kazaną. Celem spotkania było zwrócenie uwagi na prawidłowe odżywianie się i zdrowy styl życia. Dietetyk przekonywał, że warzywa i owoce pełnią ważną rolę w naszej diecie, która powinna być różnorodna i zbilansowana.

Dzieci dowiedziały się jak duże znaczenie ma picie wody oraz jakie szkody w naszym organizmie wyrządza nadmierne spożycie cukru.

Pan Mateusz zachęcał też do aktywności fizycznej, która pozytywnie wpływa na nasze ciało.

Dziękujemy za spotkanie.









