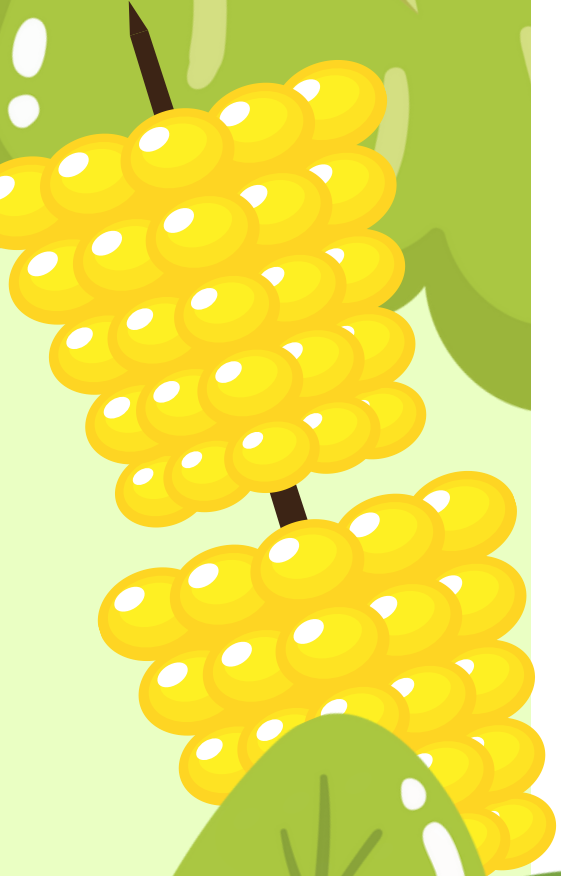




ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΗΣ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Τη Δευτέρα 3 Νοεμβρίου, στο νηπιαγωγείο μας, πραγματοποιήθηκε η προγραμματισμένη ενημερωτική συνάντηση με θέμα «Η παιδική διατροφή».

Είχαμε τη χαρά να φιλοξενήσουμε τον Διατροφολόγο–Διαιτολόγο κ.Βασίλειο Κατσίλα, ο οποίος μας μίλησε με τρόπο απλό και κατανοητό για τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες που χρειάζεται να καλλιεργούμε στα παιδιά από μικρή ηλικία.



Κατά τη διάρκεια της παρουσίας αναπτύχθηκαν θέματα όπως:



Η σημασία ενός υγιεινού πρωινού



Οι σωστοί συνδυασμοί τροφίμων



Η ισορροπημένη θρέψη και οι ανάγκες του οργανισμού των παιδιών



Ο ρόλος των νευροδιαβιβαστών στη συγκέντρωση και τη διάθεση



Και φυσικά, πώς το παιδί μπορεί να διατηρεί την ενέργειά του μέσα στη μέρα!



Ακολούθησε μια πολύ ενδιαφέρουσα συζήτηση με τους γονείς, γεμάτη ερωτήσεις, πρακτικές συμβουλές και ανταλλαγή εμπειριών για το πώς μπορούμε όλοι να βοηθήσουμε τα παιδιά να αγαπήσουν τη σωστή διατροφή.



Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο της Εθνικής Δράσης κατά της Παιδικής Παχυσαρκίας, που υλοποιείται σε συνεργασία με τα Υπουργεία Παιδείας και Υγείας και τη UNICEF.

Μέσα από τέτοιες δράσεις, το σχολείο μας επιδιώκει να ενημερώνει, να ευαισθητοποιεί και να ενισχύει τη συνεργασία οικογένειας και σχολείου για την υγεία και την ευεξία των παιδιών μας.

Ευχαριστούμε θερμά τον κ. Κατσίλα για την ενδιαφέρουσα παρουσίαση, καθώς και όλους τους γονείς που συμμετείχαν με τόσο μεγάλο ενδιαφέρον!

