

Warsztaty „Talerz pełen zdrowia” dla dzieci w wieku przedszkolnym

Dnia 27 listopada 2024 r. w Przedszkolu Samorządowym nr 40 w Kielcach, dr Magdalena Pietraszkiewicz oraz studentka II roku II stopnia kierunku Dietetyka, Aneta Gardocka, przeprowadziły warsztaty pt. „Talerz pełen zdrowia”. Celem zajęć było zapoznanie dzieci z zasadami zdrowego żywienia w sposób dostosowany do ich wieku i zainteresowań. Podczas warsztatów przedszkolaki miały okazję dowiedzieć się, jak ważne dla zdrowia są woda, warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe oraz źródła białka. Dzięki angażującym ćwiczeniom oraz kolorowym materiałom edukacyjnym, dzieci określały zdrowe i niezdrowe produkty oraz komponowały posiłki zgodnie z zasadami zdrowego żywienia. Warsztaty stanowiły doskonałą okazję, by w przystępny sposób wprowadzić dzieci w świat zdrowego odżywiania. Zakończeniem warsztatów był owocowy poczęstunek, a dzieci, w towarzystwie wychowawcy, zaśpiewały prowadzącym piosenkę jako wyraz wdzięczności za wspólnie spędzony czas.

Dziękujemy Pani Dorocie Masternak, Dyrektorkę Przedszkola Samorządowego nr 40 w Kielcach oraz wychowawcy grupy Pani Małgorzacie Góreckiej za gościnność i współpracę, które pozwoliły nam wspólnie promować zdrowe nawyki żywieniowe wśród dzieci w wieku przedszkolnym.





