

Dzień Zdrowego Śniadania w "Jedyneczce". Mądry Start w Zdrowe Życie!



Za nami wyjątkowo pyszny i kolorowy dzień! Całe nasze Publiczne Przedszkole Nr 1, od Maluszków po Starszaki – świętowało Dzień Zdrowego Śniadania. To była nie tylko wspaniała zabawa, ale przede wszystkim praktyczna lekcja zdrowia! Podczas wspólnych przygotowań, dzieci zamieniły się w małych kucharzy. Powstały prawdziwe, śniadaniowe arcydzieła! Rozmawialiśmy o tym, jak ważne jest pierwsze, pożywne śniadanie, które daje nam energię do zabawy, nauki i odkrywania świata. Każdy przedszkolak miał szansę przygotować swoją własną, niepowtarzalną, zdrową kanapkę. Dzieci z zapalem układały na kanapkach wesołe buźki oraz zwierzątka. Ten element samodzielności okazał się kluczem do sukcesu – potrawy przygotowane własnoręcznie, z dodatkiem kolorowych warzyw, smakowały po prostu wyśmienicie! Dzień Zdrowego Śniadania w „Jedyneczce” to więcej niż tylko akcja jednorazowa. To element naszej długofalowej misji kształtowania świadomych i zdrowych postaw. Wspólne przygotowanie śniadania i biesiadowanie w przedszkolu to dla dzieci cenne doświadczenie społeczne, utrwalające wiedzę o Piramidzie Zdrowego Żywienia w praktyce. Jak również kształtowanie pozytywnych nawyków żywieniowych na przyszłość.

Krystyna Pustelnik