

## Podsumowanie programu: Skąd się biorą produkty ekologiczne?

W ramach realizacji ogólnopolskiego programu „Skąd się biorą produkty ekologiczne” odbyło się spotkanie z pielęgniarką, którego celem było przybliżenie dzieciom zasad zdrowego żywienia oraz higieny podczas spożywania posiłków.

Podczas zajęć dzieci utrwaliły sobie informację na temat czym są produkty ekologiczne i dlaczego warto je wybierać. Pielęgniarka wyjaśniła, jak ważne jest spożywanie warzyw, owoców oraz picie wody dla prawidłowego rozwoju organizmu. Omówiono także znaczenie regularnych posiłków i ograniczania słodczy.

Szczególą uwagę zwrócono na zasady higieny. Dzieci przypomniły sobie, jak prawidłowo myć ręce przed jedzeniem oraz dlaczego należy dbać o czystość podczas spożywania posiłków. Spotkanie miało formę rozmowy oraz krótkich ćwiczeń praktycznych, co sprzyjało aktywnemu udziałowi dzieci.

Zdobyta i utrwalona wiedza z pewnością przyczyni się do kształtowania zdrowych nawyków żywieniowych.

