

## ***Zadanie 4.5 - Forum Zdrowia dla Rodziców***

### ***– „Bez śniadania, nie ma nauczania”***

Forum Zdrowia to okazja do przekazania Rodzicom tej samej porcji wiedzy, którą zdobyły ich Dzieci podczas realizacji poszczególnych zadań Projektu w edycji wiosennej. Rodzice wysłuchali prelekcji oraz obejrzyli dwie prezentacje multimedialne. Pierwsza z nich to materiał dostępny ze strony [www.zdrowojem.fundacjaobos.pl](http://www.zdrowojem.fundacjaobos.pl). Druga prezentacja przygotowana przez nauczyciela była podsumowaniem wszystkich zadań z wszystkich edycji, w których wzięła udział grupa Dzielnych Pierwszaków. Poruszała następujące zagadnienia:



1. Na czym polega niezwykła moc śniadania?
2. Dlaczego śniadanie ma przewagę przed innymi posiłkami?
3. Korzyści z jedzenia regularnych śniadań.
5. Omówienie 12 zasad zdrowego odżywiania dla uczniów wg Instytutu Matki i Dziecka.
6. Co powinno dostarczać młodemu organizmowi śniadanie?

Rodzice otrzymali również foldery dotyczące zasad komponowania zdrowego śniadania oraz jego szczególnej roli, zwłaszcza dla dzieci. Obejrzyli także wystawę prezentującą dokonania Ich Pociach wykonane w czasie realizacji Projektu.

***Anna Koziarz***



