



JEDZ
ZDROWO



WITAMINOWY PATROL

WARSZTATY DLA PRZEDSZKOLAKÓW

Pani
Witaminka

MNIAM



Zaprasza dzieci w wieku 3-6 lat na warsztaty
W ramach warsztatów dzieci uczestniczą w*

- Owocowo-warzywnych zgadywankach i zagadkach
- Witaminowych Zawodach Sportowych
- Tworzeniu piramidy żywienia
- Konkursach na najpiękniejszy witaminowy uśmiech
- Witaminowym przyjęciu

*Program warsztatów może być dostosowany zgodnie z oczekiwaniami, grupa wiekową dzieci wraz z uwzględnieniem ewentualnych alergii pokarmowych.



BAW
SIĘ



O co tu chodzi?



W trakcie kreatywnych zajęć dzieci przez naukę i zabawę poznają różne warzywa, owoce i ich magiczną moc. Uczestniczą w zgadywankach i zagadkach warzywno - owocowych, biorą udział w witaminowych zawodach sportowych, poznają piramidę żywienia i zasady zdrowego odżywiania. Każda aktywność dostosowana jest do ich wieku. Warsztaty, choć w formie, którą przedszkolaki traktują jak świetną zabawę, uczą najmłodszych zdrowych nawyków żywieniowych i uświadamiają, że jest się tym, co się je.

Kim jest „Pani Witaminka”?

Jestem „Słodką” mamą mojego synka Marka. Od 14 roku życia choruję na cukrzycę insulinozależną, dlatego początkowo z konieczności, która przerodziła się z czasem w pasję i ważny element życia, nauczyłam się i przetestowałam zasady zdrowego odżywiania na sobie samej. Jestem absolwentką SGGW - Wydziału Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji.

Żeby wiedzieć jeszcze więcej i umieć tę wiedzę przekazać ukończyłam certyfikowane kursy „Specjalisty do spraw żywienia dzieci”, akredytowane przez Kuratorium Oświaty.

Uwielbiam pracę z dziećmi, bo to w nich jest nadzieja na zdrowe, świadome społeczeństwo. Moim warsztatom przyświeca motto: *„Czym skorupka za młodu nasiąknie...”*

Zachęcam do współpracy

Dojadę do przedszkola, do którego chodzi

Twoje dziecko, to jeden z priorytetów.

Agnieszka Zdanowska

Specjalista ds. Żywienia Dzieci

ROŚNIJ
DUŻY

