



13 czerwca 2014 r. studentki II roku **Zdrowia Publicznego** (studia licencjackie): Hanna Kościuk, Małgorzata Siedlecka i Brygida Krucińska odwiedziły

Szkołę Społeczną w Białej Podlaskiej

w celu

promowania zdrowego stylu życia wśród najmłodszych.

Członkinie Koła Naukowego „**Zdrowie**” w ciągu 45 minut lekcyjnych zachęcały do dokonywania świadomych wyborów artykułów spożywczych wpływających korzystnie na jakość naszego zdrowia i życia, tj.: sezonowe owoce i warzywa, pełnoziarniste pieczywo, nabiał, orzechy laskowe. Promowały również spędzanie jak największej liczby godzin wolnego czasu w formie gier zespołowych, jazdy na rowerze lub rolkach.

W podsumowaniu spotkania dzieci aktywnie włączały się w przewidziane wcześniej zadawane zagadki tematyczne. Ogromną przyjemnością było spotkać się z tak dużym zaangażowaniem najmłodszych, którzy po zadaniu pytania, chętnie podnosili rączki. „Las rąk” w spotkaniu z dziećmi niesie przeświadczenie, że najmłodsi chętnie uczestniczą w tego typu zajęciach, są bardzo aktywni, a już jeden uśmiech rekompensuje trudy dnia prelegentów. Myśl Horacego w odpowiedniku polskim brzmiąca: „Czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci” powinna przyświecać edukacji zdrowotnej wśród najmłodszych każdemu edukatorowi, z racji tego, że im szybciej zostaną wdrożone działania prewencyjne w zakresie ochrony zdrowia, tym poziom jakości zdrowia i życia społeczeństwa będzie większy. Reasumując, należy od najmłodszych lat dbać o zdrowie.

FOTORELACJA



Written by Ewelina Nowak

Wednesday, 10 September 2014 23:03 - Last Updated Tuesday, 02 May 2017 12:49

