Artykuł pochodzi ze strony
http://www.zig.eco.pl/a338_zdrowy_przedszkolak_kampania_na_rzecz_naturalnej_diety_w_przedszkolu.html

Zdrowy Przedszkolak. Kampania na rzecz naturalnej diety w przedszkolu

03.04.2011

Wiek przedszkolny to czas intensywnego rozwoju fizycznego i umysłowego dziecka. To, co jemy, wpływa bezpośrednio na samopoczucie i ważne czynności naszego organizmu. Nawyki żywieniowe nabyte w dzieciństwie często kształtują późniejsze wybory. Dieta dzieci powinna być zrównoważona odżywczo odpowiednio dla danego wieku, różnorodna i oparta o produkty jak najmniej przetworzone - naturalne i wysokiej jakości.

Jadłospisy dla dzieci w przedszkolach powinny być dobrze skomponowane pod względem kalorycznym oraz proporcji węglowodanów, białek i tłuszczów. Wybór produktów spożywczych powinien być oparty o żywność dobrej jakości, produkty nieprzetworzone technologicznie, bez zawartości dodatków chemicznych. Niech posiłki dzieci wspierają w pełni ich zdrowie, rozwój oraz zdolności poznawcze.
Celem projektu Zdrowy Przedszkolak jest poprawa jakości odżywiania dzieci przedszkolnych i poszerzenie świadomości w zakresie naturalnego odżywiania.
W ramach projektu umożliwiamy:

- przygotowanie materiałów informacyjnych, edukacyjnych
- przygotowanie modelowych jadłospisów dla dzieci przedszkolnych
- warsztaty na temat naturalnego odżywiania dzieci w przedszkolu
- współpracę placówek przedszkolnych z podmiotami zajmującymi się produkcją i dystrybucją produktów uzyskanych w oparciu o ekologiczne procesy w zgodzie z naturą.

Jeśli chcesz pomóc, dołączyć do projektu:

- zapoznaj się z artykułami na stronie projektu Zdrowy Przedszkolak
- podaj dalej wiadomość o naszej akcji - wykorzystaj wszystkie możliwości internetu: mail, blog, www, forum, portal społecznościowy
- jeśli masz dziecko w przedszkolu - porozmawiaj z wychowawcami i zaproś do udziału w projekcie
- rozpowszechniaj artykuły i materiały wśród rodziców i grona pedagogicznego, ekorolników, osób odpowiedzialnych za przygotowanie żywienia w przedszkolu
- dołącz do naszej akcji i promuj ją na facebooku: dziecisawazne.pl/zdrowy-przedszkolak/
- jeśli masz pomysł i możliwość wsparcia projektu, napisz do nas (np. masz dostęp do drukarni i możesz zasponsorować wydruk materiałów informacyjnych).

Organizatorami projektu są:
Instytut Medycyny Integracyjnej i Dzieci są ważne - serwis dla eko-rodziców
Więcej informacji na stronie projektu: dziecisawazne.pl/zdrowy-przedszkolak/

Źródło: Dzieci są ważne - serwis dla eko-rodziców (http://dziecisawazne.pl), Instytut Medycyny Integracyjnej (http://lorenc.krakow.pl)