



BESEDA ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL VE ŠKOLE I DOMA

Termín: **7. února 2017**
Místo: **ZŠ Benešov, Dukelská 1818**
Čas: **17:00 - 18:30**

„Dodržovat zásady zdravé výživy by se měly děti učit již v raném dětství – zejména v případě výživy a pohybu platí dvojnásob, že co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš“.



PhDr. Karolína Hlavatá, PhD.

Absolvovala bakalářské studium Veřejného zdravotnictví na 3. lékařské fakultě v Praze, na Masarykově univerzitě v Brně vystudovala obor Zdravotní vědy – Pedagogická specializace výživa člověka. Postgraduální studium absolvovala v oboru Fyziologie a patofyziologie člověka. Od roku 2003 pracuje jako dietolog. Je odbornou garantkou iniciativy Vim, co jím a piju o.p.s. a spoluvůdkyní programu Fandíme zdraví, který základním školám pomáhá s rozvojem správné výživy a pohybu.

Ing. Petr Havlíček

Odborník na zdravý životní styl, problematikou stravování se zabývá již přes dvacet let. Do podvědomí české veřejnosti vstoupil díky vystupování a odborné spolupráci v pořadu *Ste to, co jíte*. Je odborným garantem iniciativy Vim, co jím a piju o.p.s. Podporuje program Fandíme zdraví, který základním školám pomáhá s rozvojem správné výživy a pohybu.



**Zdraví svých dětí máte ve svých rukou.
Víte, jak nastartovat změnu životního stylu?
Jak poznat, že má vaše dítě problém s jídelníčkem? Jak mu pomoci?
Jak naučit děti jíst vhodné potraviny?
Víte, že vynechávání snídaně může ovlivnit školní výsledky?**

Chcete znát odpovědi na tyto a další otázky?

Přijďte na besedu o zdravém životním stylu.

Zveme rodiče žáků naší školy i ostatní zájemce o zdravý životní styl.

Program „Fandíme zdraví“ pomáhá základním školám komplexně rozvíjet správnou výživu a pohyb žáků.

Více informací na www.vimcojim.cz a www.fandimezdravi.cz



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

