

JESTEM ZDROWY/A



**ZDROWO
I SPORTOWO**

zdrowoisportowo.edu.pl



**Pamiętam o śniadaniu,
jedzeniu warzyw i owoców
oraz piciu wody.**



**Pamiętam o ćwiczeniach
sportowych i codziennej
aktywności fizycznej.**



**Pamiętam o tym, że spanie
odpowiednią liczbę godzin jest
bardzo ważne.**



**Pamiętam o higienie, myciu rąk,
zębów i dbaniu
o swoje ciało.**

Patronat
Honorowy



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Minister
Edukacji i Nauki

Patronat
merytoryczny



Organizator

FUNDACJA
CONNECT4KIDS

Partnerzy



Dofinansowane przez
Unię Europejską



Erasmus+