



**ZDROWO
I SPORTOWO**

zdrowoisportowo.edu.pl 

SIŁA SNU

DLACZEGO SEN JEST WAŻNY?

- ◆ **STABILIZUJE METABOLIZM I ZMNIJSZA RYZYKO OTYŁOŚCI**
- ◆ **POPRAWIA PAMIĘĆ, KONCENTRACJĘ I NASTRÓJ**
- ◆ **WZMACNIA SYSTEM ODPORNOŚCIOWY**
- ◆ **POPRAWIA KONDYCJĘ SKÓRY**
- ◆ **ZMNIJSZA RYZYKO CHOROÓB UKŁADU KRAŻENIA**

Patronat
Honorowy



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Minister
Edukacji i Nauki

Patronat
merytoryczny



Organizator

FUNDACJA
CONNECT4KIDS

Partnerzy



DEV-SOFT



Dofinansowane przez
Unię Europejską



Erasmus+