

Świętujemy Dzień Nauczyciela

Dzisiaj jest szczególny dzień dla każdego nauczyciela i ucznia. Dokładnie 14 października obchodzimy w Polsce Dzień Edukacji Narodowej, który powszechnie znany jest jako Dzień Nauczyciela.

Pamiętajmy jednak o jubilatach nie tylko od święta szczególnie, że nauczyciele wkładają mnóstwo pracy i energię, aby przygotować młode pokolenie do dorosłego życia. Z pewnością każdy z nas na swojej drodze spotkał wyjątkowego nauczyciela, który zapisał się pozytywnie w historii naszego życia. Dlatego warto im dzisiaj podziękować i nie zapomnieć o bukietach kwiatów i życzeń.

Przy okazji tego święta, pragniemy przypomnieć jak ważne jest zdrowie i dbanie o siebie w tym trudnym czasie. Zawłaszcza Nauczyciele, którzy muszą mieć energię do zapanowania nad około trzydziestoosobową grupą wesołych dzieci lub zbuntowanych nastolatków. Niestety, często brakuje im czasu, by zadbać o swój organizm. Proponujemy więc zacząć dzień od szklanki mleka pełnej witamin i minerałów. Zawiera ono wysokowartościowe białko, wapń i witaminy z grupy B, a także witaminy A, D, E i K, które są rozpuszczalne w tłuszczach. Przypominamy, że nie tylko samo mleko jest zdrowe, ale także wszystkie jego przetwory. Do każdego jadłospisu warto włączyć mleczne produkty fermentowane np. jogurty, kefir. Zawarte w nich kultury bakterii wpływają korzystnie na odporność organizmu.

Jeszcze raz składamy najserdeczniejsze życzenia i duuużo zdrowia wszystkim nauczycielom.
Wasz Kot Mleczysław z Mleczaną Kitą.

Więcej informacji o wartościach odżywczych niezbędnych dla organizmu można uzyskać w programie „Mamy kota na punkcie mleka” sfinansowanym z Funduszu Promocji Mleka, który promuje prawidłowe nawyki żywieniowe szczególnie wśród uczniów, wykorzystując technikę nauki poprzez zabawę. Każda placówka, która kształci dzieci w wieku 6-9 lat może zgłosić swój udział w tym bezpłatnym programie. Wystarczy wypełnić deklarację zamieszczoną na stronie www.kochammleko.pl i przesyłać na adres: promocja@izbamleka.pl. Zapraszamy także na naszego Facebooka, www.facebook.com/mamykotanapunkciemleka gdzie czeka wiele niespodzianek zarówno dla dzieci, rodziców i nauczycieli.

