



Masz wpływ na to,  
co twoje dziecko je w szkole  
...owoce czy słodczyce?  
...świeży sok czy kolorowe bąbelki?  
...kanapka czy batonik?

# ZAPROSZENIE

dla rodziców na warsztaty



## „Ziarna, pestki, orzechy na śniadanie”

24 listopada 2015 r. (wtorek) w godz. 17.30-19.30

ul. T. Rejtana 15 (Little Chef)

### Program spotkania

- 17.30 Powitanie
- 17.40 Prezentacja zasad prawidłowego żywienia ucznia
- 18.10 Warsztaty kulinarne. Rodzice przygotują przykładowe śniadania
- 19.10 Dobre praktyki żywienia w szkole. Dyskusja

### Prowadzenie

**Marta Widz** – inicjatorka i koordynatorka kampanii społecznej „Wiem, co jem”, Centrum Komunikacji Społecznej Urzędu m.st. Warszawy

**dr inż. Marta Jeruszka-Bielak** – specjalistka ds. żywienia, Centrum Komunikacji Społecznej Urzędu m.st. Warszawy, Wydział Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji SGGW w Warszawie

**Katia Roman-Trzaska** – Little Chef Szkoła Gotowania dla Dzieci

**Prosimy o potwierdzenie obecności na adres [wiemcojem@um.warszawa.pl](mailto:wiemcojem@um.warszawa.pl) do 20 listopada 2015 r.**

W treści należy podać dzielnicę i numer szkoły, do której uczęszcza dziecko.