



Dzień Dobry!

Serdecznie zapraszamy Was, rodziców i opiekunów gdańskich przedszkolaków na spotkanie online, podczas którego będziecie mogli uzyskać **zdrowotny profil behawioralny** oraz indywidualny **plan zdrowotny dla Waszego dziecka**.

W trakcie godzinnego spotkania **on-line** udostępnione Wam będzie internetowe narzędzie, które pozwoli określić kluczowe statusy zdrowotne dziecka. Sprawdzicie jak Wasze zachowania kreują stan zdrowia przedszkolaka i jak na niego wpływają aktualny sposób żywienia, aktywność fizyczna, wypoczynek i sen i jak kształtowane są kompetencje społeczne oraz rozwój emocjonalny.

Na sam koniec otrzymacie indywidualny **zestaw rekomendacji** w każdym z badanych statusów zdrowotnych wraz z dostępem do materiałów edukacyjnych. W trakcie spotkania będzie także możliwość **skonsultowania** wyników analizy z **ekspertami** w zakresie sprawności i aktywności fizycznej, dietetykiem i psychologiem dziecięcym.

**Kiedy:**

Sobota, **23 kwietnia 2022**, godz. 10.00 lub Środa, **27 kwietnia 2022**, godz. 18.00

**Gdzie:**

na platformie ZOOM

sobota: <https://zoom.us/j/94550841077>; kod dostępu: 056777

środa: <https://zoom.us/j/95167919240> ; kod dostępu: 086144

**Dla kogo:**

opiekunowie i rodzice dzieci w wieku 3-5 lat

**Bezpłatne**

**Organizator:** Gdańskie Centrum Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień – Miasto Gdańsk.

**Przed spotkaniem:**

1. Sprawdź wzrost i wagę dziecka oraz przeprowadź krótki test sprawności fizycznej dziecka w formie zabawy, szczegóły tutaj:  
[http://opz.gdansk.pl/wp-content/uploads/2021/10/Zdrowy\\_Przedzskolak\\_instrukcja\\_10.2021.pdf](http://opz.gdansk.pl/wp-content/uploads/2021/10/Zdrowy_Przedzskolak_instrukcja_10.2021.pdf)
3. Na spotkaniu obecność dziecka nie jest wymagana.
4. Na spotkaniu wskazane jest posiadanie urządzenia (innego niż telefon komórkowy) z dostępem do internetu.
5. Jeżeli jeszcze nie korzystaliście jeszcze z platformy ZOOM możecie ją zainstalować z tej strony:  
<https://zoom.us/download>

**Do zobaczenia!**