



POZDRAVLJENO, POLETJE!



*Uzpodbude v poletnem času, ki naj se
čimbolj vključijo v vaš vsakdan:*



- uravnotežena prehrana,
- zadosten vnos tekočine,
- čim več gibanja/športa na prostem,
- dovolj spanja,
- omejitev zaslonov,
(dogodek Brez okvirjev)
- sprostitvene aktivnosti (branje,
igranje družabnih iger, druženje s
sovrstniki, ustvarjalne aktivnosti).



Več informacij dobite pri pediatričnem timu za zdrav
življenjski slog družine.

05/3383 310
dod@zd-go.si

