Αγαπητοί γονείς,

**Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι,
από το Σεπτέμβριο, θα προσφέρονται στο Ι.Σ.Α.Σ.
ατομικά και ομαδικά προγράμματα για παιδιά και εφήβους,
με στόχους:**

- **την εξοικείωση των παιδιών μας με το σώμα τους και τις ανάγκες του σώματός τους**
- **την ανάπτυξη των σωματικών δυνάμεων του κάθε παιδιού, ώστε να μάθουν να αγαπούν το σώμα τους και να αναζητούν τη φυσική άσκηση**
- **τη βελτίωση της ενημερότητάς τους σε θέματα διατροφής, ώστε να βελτιώνουν αβίαστα με αυτό-βουλα τις διατροφικές τους συνήθειες**

**Μέσα από τα προγράμματα αυτά τα παιδιά θα εξοικειωθούν με τη σωστή φροντίδα των σωματικών τους αναγκών, τόσο σε επίπεδο φυσικής άσκησης όσο και σε επίπεδο διατροφής.
Η αγάπη και σωστή φροντίδα για το σώμα τους θα τεθούν ως βασικοί στόχοι.**

Υπεύθυνη Προγραμμάτων Φυσικής Αγωγής και Διατροφολογίας: **Δέσποινα Ροδοπούλου**

Παρακαλείσθε, όπως ενημερώσετε τη γραμματεία για το ενδιαφέρον σας μέχρι τις **20** Ιουλίου.