



# Zielona fizjoprofilaktyka

dr nauk o zdrowiu Joanna Nawrocka





## Fizjoprofilaktyka

- działania wyprzedzające powstawanie dysfunkcji
- wczesne budowanie prawidłowych nawyków
- codziennie zielona godzina





## Propozycje:

1. Obligatoryjna godzina ruchu aerobowego w każdym przedszkolu, najlepiej na dworze.
2. Ogrody społeczne centrum edukacji przyrodniczej, ekologicznej i zdrowotnej.
3. Edukator zdrowotny w każdej przychodni POZ.

