

Počitniški koledar zdravja - skupaj za zdrave počitnice

Poletne počitnice so odlična priložnost za igro, gibanje, druženje in krepitev zdravih navad. Pri tem je lahko v pomoč **Počitniški koledar zdravja 2026**, ki otroke, mladostnike in njihove družine na zabaven in interaktiven način spodbuja k zdravemu življenjskemu slogu.

Koledar na zabaven in interaktiven način predstavlja devet vsebinskih področij, pomembnih za ohranjanje in krepitev zdravja. Vsebuje tudi številne izzive in naloge, ki otroke in mladostnike spodbujajo h gibanju, zdravemu prehranjevanju, skrbi za dobro počutje, zadostnemu spancu, varni uporabi zaslonov, zaščiti pred soncem ter drugim zdravim izbiram.

Vabimo vas, da počitniški koledar vključite v svoje poletne dni in skupaj skozi igro, raziskovanje in vsakodnevne izzive ustvarjate prijetne, aktivne in zdrave počitnice.

Naj bodo letošnje počitnice polne gibanja, smeha, novih doživetij in zdravih navad!



Počitniški koledar zdravja najdete na zgornji QR kodi in na povezavi

<https://nijz.si/nijz/pocitniski-koledar-zdravja-2026/>

(k prispevku se doda logotip NIJZ + Počitniški koledar zdravja_FOTOGRAFIJA ali Počitniški koledar zdravja_QR KODA in/ali Počitniški koledar zdravja A3/A4, ki je dostopen na zgornji povezavi)