

Queridas familias:

Como colegio nos gustaría mantener un contacto continuado y personalizado con vosotros. En estos días de confinamiento estamos recibiendo mucha información sobre la importancia de lavarse las manos, taparse la boca al toser... pero la alimentación saludable y el ejercicio físico también son hábitos a los que tenemos que prestar especial atención porque son la base de una buena salud.

En colaboración con el equipo del comedor escolar de Serunion os queremos proponer una serie de recetas saludables y actividades divertidas que podéis hacer en casa con los más pequeños, y una serie de consejos para poder llevar una nutrición equilibrada para toda la familia.

Y todo esto desde el nuevo blog: <https://www.comollevarunavidasaludable.es/quedateencasa/>

Cada semana encontraréis recetas muy fáciles y divertidas para preparar juntos en familia, y los vídeos de nuestro querido cocinero y colaborador, Sergio Fernández, que desde hoy mismo se ha puesto con las manos en la masa desde su propia cocina para hacer unos divertidísimos videos tutoriales dirigidos a familias con niños.

Las recetas son del equipo experto en Nutrición de Serunion y procuraremos tener también vídeos y recetas de nuestros propios cocineros, que han querido sumarse de forma altruista a esta iniciativa en estos días de confinamiento.

Continuamos trabajando para las familias y os iremos informando semanalmente de todas las propuestas que vayamos construyendo durante estos días.

Esperamos que os gusten y que os animen a participar todos juntos en esta iniciativa.

#osechamosmuchodemenos
#estopasarapronto
#nosquedamosencasaycocinamos

¡Entre todos, ganaremos!

Esperando que sea de tu agrado y que te animes, como máximo responsable del Centro Educativo, a ponerla en marcha lo antes posible, recibe un afectuoso saludo,

Juan García-Bernardo
Jefe de Área

