



06/03/2024

Estimados padres de P1 y P2

A poco tiempo de finalizar el primer trimestre nos gustaría recordarles un punto muy importante:

Que **envíen** a sus hijos al colegio **con su merienda**.

Los niños tienen entre 10 a 15 minutos antes de finalizar la segunda hora para comer su merienda en paz y tranquilidad, de modo que puedan **aprovechar el recreo para jugar** y moverse. Aquellos que traen dinero, suelen pasar el tiempo de su pausa haciendo cola en el quiosco.

Muchas veces comen apurados, por que no cuentan con el tiempo necesario y no logran terminar, o por el alimento con alto contenido de azúcar o grasa les comienza a **doler la barriga**.

Los niños deberán traer consigo algo de comer y en ningún caso podrán acudir al quiosco antes de que suene la campana. Asegúrense de que no traigan dulces, sodas o papas fritas, tacos u otros alimentos que sean extremadamente azucarados o salados de casa y los coman en el aula.

Para mayor información

<https://dgvs.mspbs.gov.py/importancia-de-una-merienda-escolar-saludable/>

Saludos,

Profesores de P1

Profesores de P2

Liebe Eltern der 1. und 2.Klasse,

Die ersten Wochen unseres Schuljahres sind vorbei, und wir wollten sie als Lehrer der 1. und 2. Klasse nochmal daran erinnern, ihr Kind bitte **mit einem Vesper in die Schule zu schicken**.

Die Kinder bekommen am Ende der 2.Stunde 10-15 Minuten Zeit, um in Ruhe ihr Vesper zu essen, um die **Pause zum Spielen** und Bewegen zu nutzen.

Die Kinder, die Geld mitbringen, verbringen oft ihre Pause damit, am Kiosk Schlange zu stehen, essen hastig und bekommen **oft Bauchschmerzen** (auch wegen dem hohen Zucker- oder Fettgehalt)

Bitte beachten sie auch, dass ein **gesundes Pausenbrot zum Lernen beiträgt**,

Vielen Dank,

ihre Lehrer P1 y P2

Mehr Infos gibt es hier:

<https://www.schulranzen.net/blog/schulalltag/gesund-pausenbrot-fuer-die-schule-wie-wird-es-energiereich-und-lecker/>

