



# Kære forælder



## Har dit barn lange dage? Så husk lige madpakken!

Børn og unge har lange dage udenfor hjemmet. Lange dage kræver, at maven fyldes op med god og sund mad igennem hele dagen for at have energi til læring, leg og trivsel. Det handler om at få gode vaner, så børn og unge vænnes til at spise fornuftigt og regelmæssigt. Det kan være en udfordring i en travl hverdag. Derfor sætter Varde kommune nu fokus på madpakkerne

## Du inviteres hermed til et spændende arrangement

Kom og hør den erfarne oplægsholder og tidligere lærer Frede Bräuner fortælle humoristisk omkring kost, adfærd, indlæringsevne og få redskaber til at forbedre sundheden i hjemmet.

Frede Bräuner er fortæller for at ernæring, opdragelse, undervisning og omsorg hænger sammen.

Med venlig hilsen

Skoleafdelingen  
Dagtilbudsafdelingen  
Tandplejen  
Sundhedsplejen  
Center for Sundhedsfremme

Hvor og hvornår:

**Tirsdag**  
**den 25. november 2014**  
**kl. 19.30 – 21.00**

i kantinen på Borgercenter Varde,  
Frisvadvej 35, 6800 Varde.

Tilmelding med navn og den institution/  
skole dit barn er tilknyttet sendes  
senest den 18. november 2014 til  
[sundhedsfremme@varde.dk](mailto:sundhedsfremme@varde.dk)  
eller 79946060.



**Arrangementet  
er gratis.**

**Der serveres  
kaffe og te.**

