

„10 czynności dla zdrowotności według Tobiego, kotka psotliwego” Marzeny Żurek, to kolejna książka, w której autorka przekazuje najważniejszą wiedzę o zasadach zdrowego trybu życia. Podana jest ona w bardzo przystępnej, rymowanej formie i zawiera wiele dowcipnych zdjęć głównego bohatera Tobiego nawiązujących do przekazanej na stronie treści. Jestem przekonana, że sięgać po tę pozycję będą rodzice i dzieci, którzy szukają motywacji do tego, aby poznać i wdrożyć w życie podstawy prawidłowego, zdrowego postępowania.

Dowiecie się z niej m.in.:

- co jeść, by być zdrowym,
- jak dbać o higienę,
- jak ważna w życiu jest nauka,
- jak ważny dla dziecka jest odpoczynek,
- i wiele, wiele więcej!

I to wszystko finalizuje coś **nowego, innowacyjnego w tego typu publikacjach**, a mianowicie gra planszowa stanowiąca podsumowanie tego wszystkiego, o czym można przeczytać w książce. Gra jest bardzo smaczną rywalizacją, bowiem przechodząc poszczególne pola można skosztować tak ważnych dla zdrowej diety owoców i warzyw, poruszać się, bo przecież ruch to samo zdrowie, czy popić wodę. Myślę, że czytając książkę i grając w grę nawet przysłowiowe „niejadki” i dzieci, którym nie zawsze po drodze było z zasadami zdrowego trybu postępowania wezmą sobie do serca rady Tobiego i wcielą je w życie.

Polecam tę pozycję wszystkim rodzicom, którzy na co dzień słyszą od swoich dzieci: „nie zjem owoców i warzyw, bo nie lubię”, „.. nie chce mi się iść pobiegać”, czy „lekcję odrobnię później”, sięgnijcie po nią, a Tobi nauczy Wasze pociechy 10 czynności dla zdrowotności.

Grażyna Szafraniak
dyrektor Biblioteki Publicznej Miasta i Gminy Barcin