Monday 5th February 2024

Dear Parents / Carers,

**Healthy Packed Lunch Workshop**

**Wednesday 21st February 2pm – 3.15pm**

****

We would like to invite parents and children who have packed lunch to a Healthy Packed Lunch workshop on Wednesday 21st February from 2pm to the end of the school day.

This will be led by Claire Gwyer who is a Public Health Adviser for Stockport Local Authority. Claire will be able to show you lots of hints and tips to ensure your child has a healthy and nutritious packed lunch and answer any questions you may have. Ms Rogers and Mrs Ijaz will also be available.

If you have any queries please do not hesitate to contact school: [schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk](mailto:schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk)

Yours sincerely,

Mrs Sarah McHugh

صحت مند پیکڈ لنچ ورکشاپ

بدھ 21 فروری دوپہر 2 بجے تا 3.15 بجے

ہم ان والدین اور بچوں کو جنہوں نے 21 فروری بروز بدھ دوپہر 2 بجے سے اسکول کے دن کے اختتام تک ایک صحت مند پیکڈ لنچ ورکشاپ میں دوپہر کا کھانا پیک کیا ہے انہیں مدعو کرنا چاہیں گے۔

اس کی قیادت کلیئر گوئیر کریں گے جو اسٹاک پورٹ لوکل اتھارٹی کے لیے پبلک ہیلتھ ایڈوائزر ہیں۔ کلیئر آپ کو بہت سارے اشارے اور نکات دکھانے کے قابل ہو گی تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ آپ کے بچے کو صحت مند اور غذائیت سے بھرپور لنچ ملے گا اور آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دے گی۔ مسز راجرز اور مسز اعجاز بھی دستیاب ہوں گی۔

اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں تو براہ کرم اسکول سے رابطہ کرنے میں ہچکچاہٹ محسوس نہ کریں: [schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk](mailto:schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk)

ആരോഗ്യകരമായ പായ്ക്ക്ഡ് ഉച്ചഭക്ഷണ വർക്ക്ഷോപ്പ്

ഫെബ്രുവരി 21 ബുധനാഴ്ച ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മുതൽ 3.15 വരെ

ഉച്ചഭക്ഷണം പായ്ക്ക് ചെയ്ത മാതാപിതാക്കളെയും കുട്ടികളെയും ഫെബ്രുവരി 21 ബുധനാഴ്ച ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണി മുതൽ സ്കൂൾ ദിവസാവസാനം വരെ ഒരു ഹെൽത്തി പാക്ക്ഡ് ലഞ്ച് വർക്ക് ഷോപ്പിലേക്ക് ക്ഷണിക്കാൻ ഞങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

സ്റ്റോക്ക്‌പോർട്ട് ലോക്കൽ അതോറിറ്റിയുടെ പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് അഡ്വൈസറായ ക്ലെയർ ഗ്വെയറാണ് ഇതിന് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്ക്

ആരോഗ്യകരവും പോഷകപ്രദവുമായ ഉച്ചഭക്ഷണം ഉണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കാനും നിങ്ങൾക്ക് ഉണ്ടായേക്കാവുന്ന ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം നൽകാനും ക്ലെയറിന് ധാരാളം സൂചനകളും നുറുങ്ങുകളും നിങ്ങൾക്ക് കാണിച്ചുതരാൻ കഴിയും. മിസ് റോജേഴ്‌സ്, മിസിസ് ഇജാസ് എന്നിവരും ലഭ്യമാകും.

നിങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും ചോദ്യങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ സ്കൂളുമായി ബന്ധപ്പെടാൻ മടിക്കരുത്: [schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk](mailto:schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk)

Warsztaty zdrowego suchego prowiantu

Środa, 21 lutego, od 14:00 do 15:15

Chcielibyśmy zaprosić rodziców i dzieci, które przygotowały suchy prowiant na warsztaty zdrowego prowiantu, które odbędą się w środę 21 lutego od godziny 14:00 do końca dnia szkolnego.

Będzie ona prowadzona przez Claire Gwyer, doradcę ds. zdrowia publicznego w władzach lokalnych Stockport. Claire będzie w stanie udzielić Ci wielu wskazówek i wskazówek, dzięki którym Twoje dziecko otrzyma zdrowy i pożywny suchy prowiant na lunch, a także odpowie na wszelkie Twoje pytania. Dostępne będą również pani Rogers i pani Ijaz.

Jeśli masz jakiekolwiek pytania, nie wahaj się skontaktować ze szkołą: [schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk](mailto:schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk)

وۆرک شۆپی نانخواردنی نیوەڕۆی پاکەتکراوی تەندروست

چوارشەممە ٢١ی شوبات کاتژمێر ٢ی پاشنیوەڕۆ – ٣.١٥ی پاشنیوەڕۆ

بانگهێشتی ئەو دایک و باوک و منداڵانە دەکەین کە نانی نیوەڕۆیان کۆکردۆتەوە بۆ وۆرک شۆپێکی نیوەڕۆی پاکەتکراوی تەندروست لە ڕۆژی چوارشەممە ٢١ی شوبات لە کاتژمێر ٢ی پاشنیوەڕۆ تا کۆتایی ڕۆژی خوێندن.

ئەمەش لەلایەن کلێر گوایەرەوە سەرپەرشتی دەکرێت کە ڕاوێژکاری تەندروستی گشتی بۆ دەسەڵاتی ناوخۆیی ستۆکپۆرتە. کلێر دەتوانێت چەندین ئاماژە و ئامۆژگاریت پیشان بدات بۆ ئەوەی دڵنیا بیت لەوەی منداڵەکەت نانی نیوەڕۆیەکی تەندروست و خۆراکی پاکەتکراوی هەیە و وەڵامی هەر پرسیارێک بداتەوە کە هەتبێت. هەروەها خاتوو ڕۆجەرز و خاتوو ئیجاز ئامادە دەبن.

ئەگەر هەر پرسیارێکتان هەیە تکایە دوودڵ مەبن لە پەیوەندیکردن بە قوتابخانە: [schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk](mailto:schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk)

Punëtori e drekës me paketim të shëndetshëm

E mërkurë 21 shkurt 14:15 - 15:15

Ne dëshirojmë t'i ftojmë prindërit dhe fëmijët që kanë përgatitur drekën në një punëtori të Drekës së Pako të Shëndetshme të Mërkurën më 21 Shkurt nga ora 14:00 deri në fund të ditës së shkollës.

Kjo do të drejtohet nga Claire Gwyer e cila është një këshilltare e shëndetit publik për Autoritetin Lokal të Stockport. Claire do të jetë në gjendje t'ju tregojë shumë sugjerime dhe këshilla për të siguruar që fëmija juaj të ketë një drekë të shëndetshme dhe ushqyese dhe t'i përgjigjet çdo pyetjeje që mund të keni. Zonja Rogers dhe znj. Ijaz do të jenë gjithashtu në dispozicion.

Nëse keni ndonjë pyetje, ju lutemi mos hezitoni të kontaktoni shkollën: schooladmin@calegreen.stockport.sch.uk