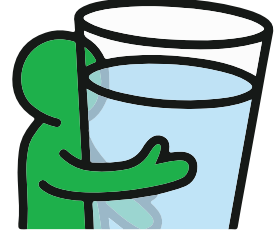


વોટર ઓનલી સ્કૂલ્સ



માતા-પતિ માટે ટેમ્પલેટ પત્ર

પ્રિય માતા-પતિ/વાલી/સંભાળ રાખનાર,

અમે અમારા બધા વૃદ્ધિાર્થીઓને વકાસ માટે શક્ય તેટલું આરોગ્યપ્રદ વાતાવરણ પૂરું પાડવા માંગીએ છીએ. તેથી અમે લંડનની અન્ય ઘણી શાળાઓમાં વોટર ઓનલી સ્કૂલ તરીકે જોડાવાનું નક્કી કર્યું છે.

કૃપા કરીને તમારા બાળક/બાળકોને માત્ર પાણી અથવા સાદા ઓછી ચરબીવાળા દૂધના પીણા લાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરીને અમારી મદદ કરો (આમાં સાદા સેમી સ્કમિડ અથવા સ્કમિડ મલિક, લેક્ટોઝ ફ્રી અથવા સોયા મલિકનો સમાવેશ થાય છે. સવાય કે તબીબી કારણોસર અથવા જો બાળકો 5 વર્ષથી નાના હોય).

અમે આ સંકલ્પ લીધો છે કારણ કે અમે તે જાણીએ છીએ કે જે શાળાઓએ માત્ર પાણીની નીતિ અપનાવી છે, ત્યાંના વૃદ્ધિાર્થીઓના સ્વાસ્થ્ય, વસ્ત્ર અને શિક્ષણમાં સુધારો જોવા મળ્યો છે. જે બાળકોના આહારમાં વધુ પડતી ખાંડ (સુગર) હોય છે તેમને દાંતમાં સડો, સ્થૂળતા અને ડાયાબીટીસ થવાની શક્યતા વધી જાય છે.

અમે સગિલ યુઝ પ્લાસ્ટિકનો વપરાશ ઘટાડવા માટે પણ પ્રતિબદ્ધ છીએ.

દવિસભર પાણી એ એક શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ છે કારણ કે તે વધારાની કેલરી પૂરી પાડ્યા વગર અથવા દાંતને નુકસાન પહોંચાડ્યા વગર હાઇડ્રેટ કરે છે. કૃપા કરીને અમારા કામને સમર્થન આપીને અમારા બધા વૃદ્ધિાર્થીઓને વકાસ માટેનું વાતાવરણ પૂરું પાડવામાં અમારી મદદ કરો.

જ્યારે તમે કરી શકો ત્યારે, કૃપા કરીને:

- ★ પાણી ઢોળાતું અટકાવવા માટે તમારા બાળકને શાળાએ લઈ જવા માટે સ્પષ્ટ, ફરીથી વાપરી શકાય તેવી પાણીની બોટલ અપાવો.
- ★ પીણાની બોટલને નળના સાદા પાણીથી ભરો.
- ★ તમારા બાળકને તેની બોટલને ગરમ, સાબુવાળા પાણીથી સાફ કરવામાં મદદ કરો અને તેને સૂકાવા માટે હવામાં ઊંધી છોડી દો.
- ★ સકારાત્મક રોલ મોડલ બનો અને ઘરે પણ પાણી પીવાનું ચાલુ રાખો.

અમારી નવી નીતિ સમર્થન આપવા માટે અમે તમારા સહકારની પ્રશંસા કરીએ છીએ અને આશા રાખીએ છીએ કે તમે અમારા બધા બાળકો માટે શક્ય તેટલા સ્વાસ્થ્યપ્રદ વાતાવરણ બનાવવાના અમારા લક્ષ્યમાં સહભાગી બનશો.

સાદર, <Head teacher><School name>