



BOLJ BLATNI, BOLJ ZDRAVI

Po najnovejših finskih raziskavah lahko otrokov imunski sistem okrepimo z igranjem v naravi že v enem mesecu. Ves čar je v tem, da okolje bogato s številnimi mikroorganizmi pozitivno vpliva na našo imunost, saj močno okrepi dobre črevesne in kožne bakterije, medtem ko igra pretežno v mestnih okoljih in urbanih igriščih vodi v oslabilen imunski sistem, z več primeri astme in alergij. Najbolje bi bilo, da omogočimo otrokom vsakodnevno igro v naravi, kjer pridejo v stik z zemljo in organskimi snovmi. Oziroma po domače povedano: »Bolj blatni, bolj zdravi!«

Otrokom je treba dovoliti, da se igrajo v "umazaniji", da v celoti razvijejo svoj imunski sistem. Niso vsi mikrobi slabi, večina bo samo spodbudila imunski sistem otrok in ga okrepila.