

"Żyj smacznie i zdrowo"

12.03.2018 r. w ramach VIII edycji programu edukacyjnego "Żyj smacznie i zdrowo", do którego szkoła przystąpiła po raz piąty, odbyły się zajęcia dla wszystkich zainteresowanych. Wzięli w nich udział uczniowie klasy II a gimnazjum. Tematem zajęć były "Przekąski z głową". Uczniowie poznali 10 zasad prawidłowego żywienia, dowiedzieli się, jakie są skutki dodatniego i ujemnego bilansu energetycznego oraz czym zastąpić słone i słodkie przekąski. Poznali również przepisy na zdrowe dania. Ze spotkania wyszli pozytywnie nastawieni do konieczności wdrażania w swoim życiu zmian w nawykach żywieniowych.

Renata Makoś

{gallery}2018/zyj_zdrowo_018{/gallery}