



Kampania społeczna

„Wiem, co jem”

Na przełomie stycznia i lutego 2023 roku nasza szkoła wzięła udział w kampanii społecznej „Wiem, co jem”.

Naszą szkołę odwiedzili wtedy wykwalifikowani trenerzy żywieniowi, aby przeprowadzić dla klas trzecich warsztaty.

W sumie odbył się cykl trzech spotkań:

- I. "Poznajemy piramidę zdrowego żywienia"
- II. "Wspólne II śniadanie- warsztaty kulinarne"
- III. "Aktywność fizyczna to podstawa zdrowia"



Podczas zajęć dzieci poznały piramidę zdrowego żywienia i dowiedziały się, jakie produkty spożywcze są dla nas ważne i dlaczego.

Nauczyły się również przygotowywać zdrowe i pyszne śniadania.

Dowiedziały się, że jedzenie to nie wszystko, ponieważ w trosce o zdrowie musimy również zadbać o codzienną aktywność fizyczną.



