

EUROPEJSKI DZIEŃ ZDROWEGO JEDZENIA I GOTOWANIA

8 listopada obchodziliśmy Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania.

Tego dnia uczniowie klas 1-3 mieli okazję do zastanowienia się nad tym, jak ważne jest dbanie o zdrowe nawyki żywieniowe od najmłodszych lat!



Dzieci uczestniczyły w warsztatach kulinarnych, na których pod okiem nauczycieli oraz zaproszonych gości przygotowywały zdrowe przekąski: kulki mocy, sałatki, smoothie i kolorowe kanapki, które później mogli wspólnie degustować.

Uczniowie dowiedzieli się, jak ważne jest odpowiednie bilansowanie diety, włączanie do posiłków warzyw i owoców, a także unikanie nadmiaru cukru i przetworzonej żywności.

W ramach obchodów Europejskiego Dnia Zdrowego Żywienia i Gotowania odbyły się konkursy dla naszych najmłodszych uczniów:

Klasy 1 wzięły udział w konkursie plastycznym "Mój ulubiony owoc/warzywo"

- I miejsce Zofia Henc kl.1a
- II miejsce Laura Sianos kl.1c
- III miejsce Julek Ludwig kl. 1b

Klasy 2 wzięły udział w konkursie plastycznym "Talerz Zdrowego Żywienia"

- I miejsce Aleksandra Pawlak kl. 2c
- II miejsce Julia Kowalska kl. 2b
- III miejsce Karolina Cimer kl.2a

Klasy 3 wzięły udział w konkursie kulinarnym "Wesołe kanapki"

- I miejsce Nadia Djidieh kl.3a
- II miejsce Weronika Łaszek kl.3b
- III miejsce Adrianna Gemel kl.3c

Obchody Europejskiego Dnia Zdrowego Jedzenia i Gotowania to doskonała okazja, by przypomnieć sobie, że zdrowe nawyki żywieniowe mają ogromny wpływ na koncentrację, energię oraz samopoczucie dzieci, dlatego cieszymy się,

że mogliśmy wspólnie celebrować ten dzień.

***Serdecznie dziękujemy wszystkim uczestnikom za zaangażowanie i
wspólną zabawę!***

Dziękujemy organizatorom:

Pani Małgorzacie Gałęckiej

Pani Edycie Stefańskiej