

Jemy zdrowo!

W ramach warsztatów uczniowie klas I-V poznali piramidę żywieniową i dowiedzieli się jak zapobiegać chorobom wynikającym z niewłaściwego odżywiania (m. in. cukrzyca, insulinooporność).

Podczas zajęć praktycznych wraz z panią dietetyk uczniowie samodzielnie przygotowali i spróbowali koktajlu owocowego, zasiali w specjalnych "szklarniach" różne zioła (np. tymianek, rozmaryn) i przedstawili swoje pomysły na zdrowy posiłek z uwzględnieniem zasad odżywiania.