

## **Program "Owoce i warzywa w szkole" - warsztaty edukacyjne**

Nasza szkoła bierze udział w „Programie dla szkół”, którego celem jest kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych poprzez dostarczanie uczniom produktów warzywno-owocowych. Głównym celem programu jest trwała zmiana nawyków żywieniowych dzieci poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich codziennej diecie oraz propagowanie zdrowego odżywiania poprzez działania o charakterze edukacyjnym.

W październiku klasy 3 wzięły udział w warsztatach o zdrowym odżywianiu. Dzieci miały okazję dowiedzieć się, dlaczego warzywa i owoce są ważne dla naszego organizmu oraz jakie witaminy i składniki odżywcze zawierają. Na spotkania uczniowie zapoznali się z zasadami zdrowego odżywiania, poznali znaczenie diety bogatej w owoce i warzywa oraz produkty mleczne. Dowiedzieli się również, że odpowiednia dieta ma ogromny wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie. Spotkanie odbyło się w miłej atmosferze. Każdy z uczestników z całą pewnością nauczył się czegoś pożytecznego, a zdobyta wiedza pomoże uczniom zadbać o swoje zdrowie.

Zapraszamy do obejrzenia galerii zdjęć z warsztatów edukacyjnych.