

## „TYDZIEŃ ZDROWIA”



W dniach od 22.10- 26.10. 2018 roku w naszej szkole zorganizowany został Tydzień Zdrowia. Mottem przewodnim tego tygodnia było hasło „STAWIAM NA ZDROWIE”. Przedsięwzięcie miało na celu propagowanie zdrowego stylu życia, zwiększenie świadomości dotyczącej wpływu żywienia na zdrowie, jak i integrację środowiska szkolnego. Każdy dzień tego tygodnia wypełniały inne działania.

W poniedziałek obowiązywał kolor niebieski (dzień picia wody). W tym dniu przypomnieliśmy sobie korzyści płynące z picia wody. Każda klasa wykonała plakat zachęcający do zrezygnowania ze słodkich napojów na rzecz wody.

We wtorek uczniowie zamienili swoje sale lekcyjne w kuchnię i przyrządzili owocowe sałatki oraz smakowe wody. W tym dniu zostały wykonane również prace plastyczne dotyczące zdrowego odżywiania pt. „Witaminowe abecadło”.

Środa była dniem warzyw. Uczniowie pod czujnym okiem wychowawców wspólnie przygotowali smaczne i zdrowe przekąski z przyniesionych do szkoły warzyw.

W czwartek został przeprowadzony quiz dotyczący zdrowego odżywiania pt. „STAWIAM NA ZDROWIE”. Uczestnicy konkursu wykazali się dużą pomysłowością i wiedzą na temat zdrowego stylu życia.

W piątek odbyły się sportowe przerwy śródlekcyjne zaplanowane przez Samorząd Uczniowski.



Nasza tygodniowa akcja cieszyła się dużym powodzeniem i zaangażowaniem ze strony uczniów i nauczycieli. Mamy nadzieję, że udało się nam zwrócić uwagę na to, jak ważne dla naszego zdrowia jest odpowiednie odżywianie.

Tydzień Zdrowia to nie koniec działań promujących zdrowy styl życia. Do zobaczenia wkrótce...

Oto kilka zdjęć z tego wydarzenia:



Zespół ds. Promocji Zdrowia