

Spotkanie z dietetykiem

W dniu 28 kwietnia 2026 r. w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Sidzinie gościła pani dietetyk, która przeprowadziła warsztaty dla uczniów klas I-III w ramach „Programu dla szkół” prowadzonego przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa i finansowanego ze środków Unii Europejskiej oraz budżetu krajowego. Spotkanie miało na celu promowanie zdrowych nawyków żywieniowych oraz kształtowanie świadomości dzieci w zakresie prawidłowego odżywiania.

Warsztaty rozpoczęły się prezentacją multimedialną dotyczącą zasad zdrowego stylu życia i roli odpowiednio zbilansowanej diety. Następnie uczniowie pracowali w grupach, wykonując zadanie polegające na przyporządkowaniu do talerza wyłącznie zdrowych produktów spożywczych. Dużym zainteresowaniem cieszyły się również elementy muzyczne i słuchowisko związane z tematyką zdrowia, które w przystępny i atrakcyjny sposób utrwaliły zdobytą wiedzę.

Kolejnym punktem zajęć było przygotowanie kreatywnych „ludzików” z owoców, które dzieci samodzielnie komponowały na talerzach, a następnie z apetytem zjadały. Na zakończenie warsztatów uczniowie mieli okazję wykonać oraz degustować pyszne koktajle owocowo-mleczne.

Zajęcia przebiegły w miłej i radosnej atmosferze, a zdobyta wiedza z pewnością przyczyni się do podejmowania przez dzieci zdrowszych wyborów żywieniowych na co dzień.