



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** root@npc.pl

---

## Tydzień Zdrowej Żywności w ZPO 1

Publikowane od

14.11.2011 00:00:00

Publikowane do

14.12.2011 00:00:00



W dniach 7 - 10 listopada w Zespole Placówek Oświatowych nr 1 im . H. Kołłątaja odbywał się Tydzień Zdrowej Żywności. Związany był z przystąpieniem szkoły do

ogólnopolskiej akcji edukacyjnej „Śniadanie Daje Moc”. Akcję rozpoczęliśmy w poniedziałek ogłaszając go Dniem Jabłka - hasło dnia "Wszyscy jedzą jabłka". Tego dnia na zajęciach edukacyjnych rozmawialiśmy o zdrowej żywności, dzieci poznały 12 zasad zdrowego odżywiania. Każdy zjadł tego dnia jabłuszko. We wtorek 8 listopada, świętowaliśmy Dzień Zdrowego Śniadania. Dzieci w klasach wspólnie spożywały drugie śniadanie. Był to posiłek przyniesiony z domu lub samodzielnie przygotowany przez dzieci. Na stołach pojawiły się same zdrowe pokarmy: pieczywo pełnoziarniste, jogurty, sery, warzywa, owoce. Nauczyciele udokumentowali wspólnie zorganizowane z uczniami śniadanie w postaci zdjęć, reportaży. Kolejne dni to Dzień Razowego Chleba oraz Dzień Jogurtowy. Dzięki aktywności całej szkolnej społeczności w tych wydarzeniach, zwróciliśmy uwagę, głównie uczniom, na konieczność codziennej dbałości o spożywanie śniadania, ale i na jego prawidłowy skład, wartość i kulturę konsumpcji. Aranżacja tej sytuacji pozwoliła też przypomnieć o miłym geście dzielenia się posiłkiem z tymi dla których czasem bywa on świętem. Wspólne zasiadanie przy symbolicznym stole buduje przecież ciepłe i solidne relacje międ











---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artukul/tydzien-zdrowej-zywnosci-w-zpo-1>