



VESELÁ CESTA ZA ZDRAVÍM

Projekt ve spolupráci s Duhou Vega - sdružení dětí a mládeže Krnov. Projekt je finančně podpořen Nadačním fondem Albert v rámci prvního kola grantového programu Zdravá pětka.

Cílem projektu je zábavnou formou připravit aktivity zaměřené na vzdělání a osvětu v oblasti zdravé výživy a zdravého životního stylu dětí. Pět provázaných tématických celků názorně ukáže pět dovedností v době od 15. 10. 2010 do 31. 1. 2011.

Téma 1. „Kouzelná vařečka“. Praktická a teoretická výuka jak se správně stravovat ve cvičné kuchyni Základní školy. Jídla ze zdravých surovin z celého světa. Děti si samy vyhledají recepty a připraví jídla ze zeleniny, ovoce, biopotravin, využití vláknin, ryb.

Téma 2. „Pod kámen se nechováš“. Pohybem ke zdraví. „Chůze je zdravá“ vycházky do přírody. Relaxace. Výlet na Biofarmu.

Téma 3. „Kouzelné brýle“ Tvořivé dílny z přírodnin.

Téma 4. „Staročeské Vánoce se zdravou výživou“. Recepty bez cukru a tuku. Recepty naší babičky. Výstava výrobků a ozdob z přírodnin a perníku. (Vánoční jarmark)

Téma 5. „Moudrá sova“. Vzdělávací semináře obezita, bulimie, anorexie, kouření a alkohol, děti se seznámí s následky špatného životního stylu.

Soutěž Reklama na zdravou výživu a zdravý život. Plakát, báseň, slogan.