

Zajęcia o zdrowym stylu życia „Chcesz być git? Bądź fit.”

Uczniowie klas młodszych 3 kwietnia uczestniczyli w spotkaniu z panią dietetyk, która przybliżyła nam, jak powinna wyglądać prawidłowo zbilansowana i różnorodna dieta. Jest to ważny aspekt dotyczący zachowania zdrowia i cieszenia się dobrą kondycją fizyczną i psychiczną.

Przedstawicielki Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej prezentowały talerz zdrowego żywienia, który obrazuje, jak powinien wyglądać pełnowartościowy, zdrowy posiłek.



