

Jemy zdrowo!

Dlaczego warto jeść owoce? Jakie smaczne przekąski można z nich zrobić? Jak przygotować różne smaczne i zdrowe napoje z... wody i je atrakcyjnie podać? □ Jeden z bloków tematycznych poruszonych podczas dzisiejszych warsztatów wakacyjnych w Centrum Kultury dotyczył tego rodzaju zagadnień. Dzieci dowiedziały się, że warto, aby każdego dnia – poza owocami – jadły też równie ważne w diecie warzywa i żeby próbowały jednak pić więcej wody mineralnej i naturalnych soków zamiast innych napojów ze sztucznymi dodatkami. □

Warsztaty zrealizowano częściowo w zakresie kampanii „Wolni od nałogów” promującej zdrowy styl życia przygotowana w ramach Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych na 2022 rok oraz Gminnego Programu Przeciwdziałania Narkomanii na 2022 rok.



























