



W zdrowym ciele zdrowy duch?

Uzyskać odpowiedź na pytanie postawione w tytule mieli okazję nasi najmłodszy uczniowie w piątek 17 kwietnia. W Zespole Szkół im. ks. prał. Stanisława Gawlika w Radziechowach miało miejsce spotkanie dzieci z klas 1-4 z **dietetykami z Centrum Dietetycznego NaturHouse z Żywca**. Eksperti w dziedzinie zdrowego żywienia przeprowadzili interesującą prelekcję dotyczącą wpływu odżywiania na nasz stan zdrowia, a także umysłu. Panie dietetyczki omówiły również piramidę żywienia.

Dzieci wyjątkowo zainteresowały porady dietetyków, zwłaszcza, że zobrazowane one były niebanalnymi przykładami na prezentacji multimedialnej. Prowadzący zorganizowali również ciekawe konkursy, w których uczniowie mieli okazję wykazać się stanem swojej wiedzy dotyczącej zasad zdrowego odżywiania. Za aktywny udział w prelekcji uczniowie otrzymywali upominki. Oprócz zajęć odbyły się również pomiary wagi oraz zawartości tkanki tłuszczowej w organizmach dzieci. To były wyjątkowo pasjonujące zajęcia!

Teresa Ciapka
Nauczyciel języka polskiego Zespołu Szkół w Radziechowach