

Spotkanie z dietetykiem

Dziś odbyło się zaległe spotkanie z dietetykiem w klasie III w ramach OTK – „Spotkanie z człowiekiem pasji”. **Pani dietetyk Magdalena Wartała** prosto i zrozumiale opisała uczniom piramidę zdrowego żywienia. Następnie odbył się quiz, podczas którego uczniowie musieli odpowiedzieć na pytania, m.in. ile posiłków dziennie zjadamy i co powinny one zawierać, aby organizmowi dostarczyć pozytywnych wartości? W części warsztatowej, uczniowie samodzielnie robili kulki z mleka kokosowego i kaszy jaglanej – przygotowanej przez Panią dietetyk, a następnie obtaczali je w kokosie lub gorzkim kakao. Zabawa świetna, smaczna i przede wszystkim bardzo zdrowa. Każdy uczeń otrzymał wizytówkę z linkiem do strony internetowej, na której Pani dietetyk umieściła przepisy na zdrowe jedzenie. Mamy nadzieję, że nasi uczniowie skorzystają z rad, które otrzymali podczas spotkania. Dziękujemy Pani Magdzie za miłą wizytę i przekazaną wiedzę.
