

BESZÁMOLÓ

RECEPT CSERE-BERE DÉLUTÁN

IDŐPONT: 2018. február 27.

HELYSZÍN: Hódmezővásárhelyi Varga Tamás Általános Iskola
6800 Hódmezővásárhely, Holló u. 36.

Szülők, kollégák, gyerekek részvételével valósult meg a Recept csere-bere délután. Turmix italokat készítettünk; a kóstoláson túl házilag is elkészíthető üdítő italok receptjeit ismertettük egymással.

Az egészséges táplálkozás népszerűsítése érdekében ezeket a receptek megosztásra kerülnek a vargatamas.hu weboldalon.

A programon dietetikus szakember, valamint intézményünk védőnője adott táplálkozási tanácsokat.

Az esemény ismertetése céljából előzetesen szórólapokat, meghívót készítettünk, honlapunkon tájékoztattuk a családokat.

Téma választás indoklása: a téli időszak végén fokozottan igényli, főleg a fejlődő szervezet a nyers formában elfogyasztott gyümölcsöket, zöldséget.

Változatos formában, mesterséges adalékanyag hozzáadása nélkül készítettük el a turmixokat.

A program sikeresnek tekinthető a szemléletformálás, egészség megtartás terén, a táplálkozási szokások kedvező alakításával.

Hosszútávon elérhető a résztvevők életminőségének változása. A gyerekek gondolkodás módja formálódik, tudásuk bővül, az étkezéssel kapcsolatos higiénés ismereteik gyarapodnak.

Célunk volt a diákok önállóságának, táplálék-készítés folyamatának megismerése és az élménynyújtás.