

Tema: Sănătate / Stil de viață sănătos

Activitate permanentă: Alimentație sănătoasă și mișcare

„Corpurile noastre sunt grădinile noastre, iar voința noastră este grădinarul lor!”  
William Shakespeare

Elevii școlii noastre au înțeles că stilul de viață sănătos se formează de la vârste fragede, de aceea, încă de la clasa pregătitoare, învață cum să aleagă responsabil alimentația, cum trebuie combinată cu mișcarea și păstrarea unui mediu înconjurător propice vieții, nepoluat și prietenos. La activitățile desfășurate au fost invitați medici, nutriționiști, părinți, în încercarea de a face front comun în lupta împotriva obezității și a îmbolnăvirilor.

Pornind de la premisa că este mai ușor să previi decât să vindec, încercăm să le formăm elevilor un stil de viață echilibrat și să facem în așa fel să le și placă, deoarece se știe că un lucru pare mai ușor de făcut atunci când îl faci cu plăcere.

Coordonatori: prof. Țogoe Petra, prof. Furtună Popa Cecilia

Școala Gimnazială „Academician Marin Voiculescu”, Giurgiu

Tema : Stil de viață sănătos

Activitate permanentă : Alimentație sănătoasă și mișcare

“Prevenția este mai bună ca tratamentul.”

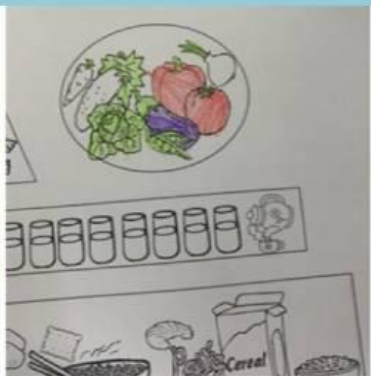
Erasmus



**Clasa P A**  
**Stil de viață sănătos –**  
**“Să ne păstrăm sănătatea!” –**  
**întâlnire cu specialiștii**  
**“Suntem mici, dar vrem să**  
**învățăm!”**



**Clasa I D**  
**Stil de viață sănătos – “Mâncăm sănătos,**  
**alegem responsabil!”**



Clasa a III a C  
Stil de viață sănătos –  
“Alimentație sănătoasă -  
Micul meu dejun sănătos!”



Clasa a IV a D  
Stil de viață sănătos –  
“Să mâncăm sănătos!”  
Am pus în practică teoria! Mâncarea este mult  
mai gustoasă atunci când o pregătim singuri...



Clasa a V a E  
Shaorma poate fi  
gustoasă  
și sănătoasă,  
preparată cu  
ingrediente alese  
responsabil!



Clasa a VI a B  
"Micii bucătari" – inițierea în  
tainele rețetelor culinare  
sănătoase



Clasa a VIII a B  
"Vitaminizare și mișcare"

