

Zdrowe Kieszonkowe. Rusza projekt warsztatów dla podlaskich podstawówek

Wystartował kolejny projekt Fundacji Zdrowe Kieszonkowe „Między zabawą, a zdrowiem”, tym razem adresowany do szkół podstawowych województwa podlaskiego. Projekt obejmie minimum 600 uczniów.

Cykl warsztatów z zakresu zdrowego odżywiania to zadanie publiczne współfinansowane ze środków Województwa Podlaskiego. Skorzysta z niego 30 grup uczniów z klas II-IV z podlaskich podstawówek.

Zajęcia będą miały formę aktywizującą, a opierać będą się na budowie Piramidy Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Dzieci poznają zasady zdrowego odżywiania, dowiedzą się czym zastępować cukier i sól w diecie, poznają rolę aktywności fizycznej w codziennym życiu.

- Są to zajęcia kreatywne, angażujące uczniów – mówi Joanna Czupryńska z Fundacji Zdrowe Kieszonkowe. – Dzieci biorą udział w tematycznych quizach, a ich zadaniem jest też ułożenie z puzzli piramidy zdrowego żywienia. Przy okazji rozmawiamy z dziećmi o zasadach zdrowego odżywiania się, o tym jak i z czego komponować posiłki, aby były zdrowe oraz jak unikać słodczy i czym je zastępować. Warsztaty są formą edukacji zdrowotnej, a wiedzę staramy się przekazywać w sposób ciekawy, poprzez aktywność dzieci i zabawę.

Obecnie trwają przygotowania do realizacji projektu, zaś w pierwszej połowie września ruszy nabór szkół, które będą mogły zgłaszać się do projektu po otrzymaniu zaproszeń od Fundacji. Rozpoczęcie warsztatów przewidziane jest na drugą połowę września.

Warsztaty są inicjatywą własną Fundacji Zdrowe Kieszonkowe, realizowaną we współpracy z dyplomowanym dietetykiem. Wpisują się w realizację celów statutowych organizacji, jakim jest m.in. edukacja w zakresie zdrowia i profilaktyka zdrowotna.

Program otrzymał 5 tys. zł dotacji z budżetu woj. podlaskiego w ramach współpracy Województwa Podlaskiego z Organizacjami Pozarządowymi.

