

Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania

Święto to, obchodzone **8 listopada**, jest elementem kampanii na rzecz promocji zdrowego żywienia. Mieszkańcy Europy coraz częściej borykają się z problemami otyłości i chorobami z nią związanymi, stąd też reakcja i pomysł, by ukazywać lepsze nawyki żywieniowe, zwłaszcza wśród młodzieży.

My również w tym dniu, od kilku lat, staramy się zachęcić młodzież do zastanowienia się nad własnym sposobem odżywiania oraz promować zdrowe jedzenie i właściwe nawyki żywieniowe. Z tej okazji przygotowaliśmy akcję informacyjną oraz degustację koktajli i soków owocowo-warzywnych.

Próbowaliśmy nakłonić naszych wychowanków do jedzenia owoców i warzyw, ale też uświadomić, że prawidłowa dieta jest podstawą dobrej kondycji i zdrowia.

Tak smacznie i zdrowo dawno u nas nie było.