

Jak co roku miesiąc marzec jest czasem kiedy szczególnie dbamy o zdrowie w naszej szkole. Jest to czas kiedy nieco spada odporność naszych organizmów i łatwo zapadamy na różne choroby, szczególnie te *wywoływane przez wirusy grypy. Do zakażenia dochodzi drogą kropelkową, a także przez kontakt ze skażoną powierzchnią. Każdy człowiek może przenieść wirusa na skórze rąk, czy ubraniu.* Konieczna jest dokładna higiena osobista i stosowanie zasad zdrowego odżywiania, by podnosić odporność organizmu.

W szkole pojawiły się hasła promujące zdrowe odżywianie, a także informacje i ciekawostki nt. sposobów dbania o odporność organizmu. W formie filmów edukacyjnych każdy uczeń miał okazję zapoznania się z zasadami zdrowego żywienia na godzinach wychowawczych.

Więcej informacji przygotowanych przez Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej IŻŻ, Instytut Żywienia i Żywności oraz Narodowy Program Zdrowia

https://www.youtube.com/watch?v=ltr6xhuHvO4

https://www.youtube.com/watch?v=jgJOS26G1wY

https://www.youtube.com/watch?v=6IFZKkybDOY

https://www.youtube.com/watch?v=J2fK5J27Lc8

Szkoła promująca zdrowie

Monika Bąk