

**NIEPUBLICZNE GIMNAZJUM
FUNDACJI KRÓLOWEJ ŚWIĘTEJ JADWIGI
W KOSZARAWIE BYSTREJ
34-332 KOSZARAWA 675
tel. 33-862-30-38**

Koszarawa, 10.04.2018

Rekomendacja dla Fundacji „Rodzina od A do Z”

Gimnazjum Montessori w Koszarawie Bystrej współpracuje z Fundacją Rodzina od A do Z. W ramach współpracy, Pani Grażyna Krenig, która reprezentuje Fundację, przeprowadziła zajęcia dla młodzieży gimnazjum pt. „Zdrowe odżywianie. Czy wiesz co jesz?”.

Zajęcia zostały poprowadzone w postaci wykładu, na którym były poruszone zagadnienia związane ze zdrowym stylem życia, zdrowym odżywianiem i szkodliwością różnych substancji występujących w pożywieniu. Ważnym elementem prezentacji był temat dotyczący nawyków żywieniowych.

Dużym zainteresowaniem u młodzieży cieszyły się informacje dotyczące radzenia sobie z nadwagą czy otyłością, oraz wpływ spożywania cukru na funkcjonowanie układu nerwowego i pracę mózgu, w kontekście przyswajania wiedzy i koncentracji, a tym samym trudności w uczeniu się.

Omówione zostały także krótko choroby dietozależne – alergie, nietolerancje pokarmowe itp. oraz zagrożenia wynikające z zaburzeń odżywiania.

Podczas prezentacji młodzież brała aktywny udział w dyskusji, chętnie odpowiadała na pytania i dzieliła się swoimi spostrzeżeniami i przekonaniem dotyczącymi poruszanych tematów.

Przeprowadzone zajęcia uważamy za bardzo ciekawe i potrzebne.

Polecamy współpracę z Fundacją Rodzina od A do Z.

DYREKTOR SZKOŁY

mgr Roman Zon