

„JEM DRUGAČE, JEM DOMAČE“



OŠ Ljudski vrt
podružnica Grajena

- „Od tega, kar jemo danes, je odvisno, koliko bomo zdravi v prihodnosti“ je zapisala svetovalka za zdravo prehrano Marija Merljak.

- Celoletni projekt „Jem drugače jem domače“ v sodelovanju z lokalno skupnostjo.



- Cilji, ki smo si jih zadali v začetku šolskega leta:
 - za pravilno rast in razvoj je ključnega pomena zdrava in uravnotežena prehrana,
 - hrana mora biti skrbno izbrana in pripravljena,
 - ozaveščanje učencev o tem, da ni pomembno koliko pojedjo, temveč kaj pojedjo,
 - aktivno sodelovanje učencev,
 - priprava različnih kuharskih delavnic v sodelovanju z lokalno skupnostjo,
 - ključnega pomena za zdrav način življenja je tudi telesna aktivnost.



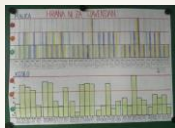
OKRASITEV ŠOLSkih OKEN



Načrtovanje dela:

- vključevanje učnih vsebin povezanih s prehrano v pouk,
- ozaveščanje, da je zajtrk najpomembnejši obrok,
- učencem ponudimo zdravo in uravnoteženo prehrano,
- pri sestavi jedilnika upoštevajmo njihova mnenja (hrana naj bo kakovostna, raznolika in zdrava),
- hrano uživajmo v prijetnem, mirnem in sproščenem okolju,
- ozaveščajmo pomen gibanja (fitnes na prostem).

Zdravje je v naših rokah



1. TUKAJ
DOSTRANJEVANJA
Čud jeje s omogoča
s polno udi ne quonim
Ne pogrešujemo jeje
Ne dovolimo jedo
Vidno
V našem se v hrano



POSLEDICE HRANE
BOLEZNI: VZROKI BOLEZNI
BOLEZNI POVZROČILO:

ČETREK 29.5. - DAN ZDRAVE PREHRANE
DAN BREZ OSTATKOV!
MALKA makaroni s pesto
KOSILO spirala
pure, pečena
špinata
zdravos

Kuharske delavnice



Pomagale so nam žene Društva kmetic MO Ptuj

- Novoletne delavnice: meter keksi (mašinski), marmeladni žepki,
- pustne delavnice: kisló zelje, pečenice, pražen krompir, flancati.



Kako lahko sami poskrbimo za vzgojo podtanjencev?



Skrb za zdravje – pohod treh generacij



Sodelovanje z lokalno skupnostjo



Razstava ob dnevu šole



Izdelki tehniškega dne



Obiskovalce smo tudi pogostili



Zaključili smo s pesmijo



Hvala za vašo pozornost.

