

ZDRAVO ŽIVIM – VESELJE DELIM

ANDREJA CEBE MANDIČ
VRTEC JARŠE

Mednarodna konferenca
„Z lokalno pridelano hrano in gibanjem do zdravega življenjskega sloga“
Ljubljana, 14. junij 2021



ZAKAJ?



Z lokalno pridelano hrano in gibanjem do krepitve našega zdravja



Zadnja leta, skozi celo šolsko leto izvajam dejavnosti, ki so povezane z zdravim načinom življenja. Zato sem se odločila za aktivnost s področja zgodnjega naravoslovja (z lokalno pridelano hrano in gibanjem do krepitve našega zdravja) in dejavnosti še bolj osmislila, nadgradila in popestrila.



- Temeljna človekova pravica
- Zdrava prehrana
- Telesna aktivnost
- Opustitev nezdravih življenjskih navad
- Izogibanje stresu

**ZDRAV
ŽIVLJENSKI SLOG**



KAJ SMO POSKUSILI OD JESENI DO POMLADI

- Jesenska tržnica
- Zelenjavna juha
- Bučna juha
- Sadni napitek
- Pečen in kuhan kostanj
- Sadne in zelenjavne malice
- Tropotčev čaj...
- Kolerabin čips



Z GIBANJEM DO ZDRAVJA

- Vsakodnevno gibanje v okolici vrtca: gozd, barje, igrišče
- Bosonogci
- Popoldanski počitek v parku
- Kros
- Bivanje v naravi v vsakem vremenu
- Obisk kmetije







ZDRAV ŽIVLJENSKI SLOG



VSI ZA ENEGA EDEN ZA VSE – TO SMO MI

