

Colegiul ” Vasile Lovinescu” – Fălticeni, jud. Suceava

Mâncăm sănătos, zâmbim frumos! – 14 februarie 2018

Această activitate face parte din **Proiectul mondial ” Eco - Școala”** .

S-a desfășurat cu elevi reprezentanți ai majorității claselor Colegiului ” Vasile Lovinescu” susținuți de echipa managerială formată din: director: Matei Gabriel, dir. adj.:Acatrinei Mihaela și Ciocîrlan Florin.

Profesorii îndrumători : Crețu Monica, Filipoaia Luminița, Nemițanu Emilia, Balan Elena, Cărămidă Daniela, Natu Ana, Faină Gabriela, Tuchiuc Maricela, Bocanci Florența , Acatrinei Lăcrămioara, Oana Popa, Vasilescu Camelia, Carmen Varvaroi, Gașpar Angela, Pudilă Carmen, Andrei Carmen, Pogorevici Loreta, Moroșanu Mirela, Pintilie Carmen.

Evoluția societății a dus la creșterea pretențiilor culinare, diversificarea gusturilor și imaginației în acest domeniu. De aceea este foarte important să fim atenți la ceea ce consumăm. Produsele naturale au fost înlocuite cu tot felul de "hibridi" alimentari care dau un gust mai bun alimentelor, dar nu au o valoare nutritivă corespunzătoare cerințelor organismului.

Alimentația naturală, ecologică, sănătoasă este înlocuită cu una de o calitate de cele mai multe ori îndoielnică.

De aceea, pentru a avea o minte sănătoasă, într-un corp sănătos este foarte important să fim atenți la ceea ce consumăm, să alegem ce este mai bun pentru organismul nostru.

Ne propunem prin această activitate promovarea unui stil de viață sănătos, a unui comportament alimentar benefic.

În acest sens, vom prezenta:

- lista de meniuri preferate și sănătoase,
- fișă cu "Meniul unei zile";
- postere "Așa DA! Așa NU!"
- produse gătite cu alimente sănătoase
- conserve din cămăra noastră

Savoare, varietate, culoare, bucurie.....!

Merită să investim într-o alimentație variată și de calitate, ca să ne bucurăm de toate momentele frumoase ale vieții?

Răspunsul !?!.... este dat de participarea la activitatea "Mâncăm sănătos, zâmbim frumos", parte componentă a proiectului mondial "Eco Școala."

Alese mulțumiri elevilor și d-nilor profesori: Crețu Monica, Balan Elena, Gașpar Angela, Nemițanu Emilia, Tuchiac Maricela, Popa Oana, Căramidă Daniela, Natu Anișoara, Faină Gabriela, Bocanci Florența, Acatrinei Lăcrămioara, Pogorevici Loreta, Melniciuc Antoneta, Varvaroi Carmen, Savin Oltea, Vasilescu Camelia, Moroșanu Mirela.

În lista cu meniuri, pentru micul dejun s-au propus: