

Cukru było za dużo



W naszej szkole odbyły się warsztaty z edukacji żywieniowej przeprowadzone przez dietetyczkę w ramach projektu "Subregion Środkowy- Wysportowany i Zdrowy"- program przeciwdziałający nadwadze, cukrzycy wśród dzieci, młodzieży i osób dorosłych." Odbyły się warsztaty dla uczniów, rodziców i nauczycieli. Uczniowie m.in. odczytywali skład produktów, ze szczególnym uwzględnieniem zawartości cukru w produkcie. Z wielkim niedowierzaniem można się było przekonać, ile łyżek cukru jest w czekoladzie, jogurcie owocowym czy wodzie mineralnej smakowej. Zdecydowanie zbyt dużo!

Grażyna Świercz