



Veselīgs un sabalansēts uzturs - labas dzīves pamats

15.novembrī mūsu skolā viesojās Latvijas Diētas un uztura speciāliste, kas 7.-12.klašu skolēniem pasniedza veselīga uztura lekciju un īstenoja izglītošanas programmu. Programmas mērķis ir vērst jauniešu uzmanību uz veselīga un sabalansēta uztura nozīmi ikdienā. Lekcijā skolēniem stāstīja par uzturvielām un to pareizu uzņemšanu ar produktiem, lai ikdienas ēdienkarte būtu sabalansēta un veselīga.

Mūsu skola arī šogad piedalās programmā „Skolas auglis”, līdz ar to 1.-9.klases skolēniem ir iespēja saņemt bezmaksas dārzeņus.

Šogad mūsu skolas skolēniem sniegta iespēja arī piedalīties Eiropas programmā „Skolas piens”. Šī programma mudina bērnus lietot piena produktus un ievērot sabalansētu diētu. Veicinot pareizas ēšanas un uztura paradumu veidošanos, kas būtu noturīgi visu turpmāko dzīvi, tā spēlē arī zināmu izglītojošu lomu.