



Warsztaty „Jest zdrowo jeść kolorowo”

W drugim dniu Tygodnia Profilaktyki nauczyciele przedmiotów zawodowych Magdalena Stemplewska i Małgorzata Opala przeprowadziły zajęcia warsztatowe poświęcone zdrowemu odżywianiu. W warsztatach wzięli udział uczniowie klasy II „e” kształcący się w zawodzie technik żywienia i usług gastronomicznych. Uczestnicy dokonali samooceny swojego sposobu odżywiania na podstawie testów, pomiaru wysokości, wagi, obwodu talii i bioder w celu wyliczenia wskaźników BMI i WHR. Na tej podstawie można było ustalić ewentualne nieprawidłowości wagi czy budowy. Uczniowie wykazali się bogatą wiedzą na temat zdrowego stylu życia, zwycięzcami konkursu z tej dziedziny zostali: Monika Kula, Daria Czernek, Dorota Kwiecień i Jacek Marzec.

