

SAĞLIKLI BESLENİYORUM

Kahvaltı

Okul çağındaki çocuklar için günlük beslenmesinde öğün atlamamak, özellikle kahvaltı ile güne başlamak çok önemlidir. Çocukların gün boyu fiziksel ve zihinsel açıdan dinç ve aktif olabilmesi için sağlıklı yiyeceklerle sabah kahvaltı yapmaları gerekir. "Beslenme Dostu Okul Projesi" kapsamında okulumuzda her ayın salı günü öğretmenlerimizin eşliğinde 1. Teneffüste sağlıklı besinlerle kahvaltımızı yaptık. Bu etkinlik sayesinde sağlıklı yiyeceklerle kahvaltının önemi vurgulanarak öğrencilerde kahvaltı bilinci oluşturmayı amaçladık. " Yemek yemek üstüne ne düşünürsünüz bilmem Ama kahvaltının mutlulukla bir ilgisi olmalı" Cemal Süreya.

Başta proje yürütücümüz Yasemin Uslu ve ekibi olmak üzere bu mutluluğun sağlanmasında emeği geçen öğretmenlerimize teşekkür ederiz.











Meyve

Çocukların güçlü bir bağışıklık sistemine sahip olabilmeleri için mevsimine uygun meyveleri yemeleri çok önemlidir. Bu sayede çocuklar hastalıklara karşı dirençli ve güçlü olabilir. Bu gerçekten hareketle " Beslenme Dostu Okul Projesi" kapsamında okulumuzda her hafta çarşamba günü "Meyve Yiyorum, Sağlıklı Büyüyorum" sloganıyla "Meyve Günü" etkinliği gerçekleştiriyoruz. Okulumuzdaki bütün katılımcılarla gerçekleştirilen bu etkinlik sayesinde mevsimine uygun meyvelerin hayatımızdaki yeri ve önemini kavramayı amaçladık.

Başta proje yürütücümüz Yasemin Uslu ve ekibi olmak üzere bu çalışmada emeği geçen öğretmen ve öğrencilerimize teşekkür ederiz.

















Sandviç

Sağlıklı beslenmenin önemini vurgulamak, öğrencilerimize sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırmak amacıyla "Beslenme Dostu Okul Projesi" kapsamında sağlıklı besinlerden sandviç etkinliğimizi gerçekleştirdik. Öğrencilerimiz evlerinden getirdiği sağlıklı besinlerle, temizlik kurallarına dikkat ederek sandviçlerini hazırladı. Bu sayede " yaparak yaşayarak" öğrenmenin ve grupla ortak bir ürün çıkarmanın da mutluluğunu yaşadılar.

Başta proje yürütücümüz Yasemin Uslu ve ekibi olmak üzere bu çalışmada emeği geçen öğretmen ve öğrencilerimize teşekkür ederiz.

Kantin

"Beslenme Dostu Okul Projesi" kapsamında okulumuzun kantininde meyve ve ev yapımı yiyecekler satılmaya başlanmıştır. Öğrencilerimize sağlıklı besinler satarak çocuklarımızın geleceğini düşünen ve sağlıklı yaşamı destekleyen kantin çalışanlarımıza teşekkür eder, öğrencilerimizin daha sağlıklı beslenme alışkanlığı kazanmalarını temenni ederiz.





Veli Bülteni

"Beslenme Dostu Okul Projesi" kapsamında "Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları" konusunda velilere rehberlik bültenleri ulaştırıldı. Sağlıklı beslenme konusunda velilerimizin de desteğini almak bizi mutlu etmiştir. Çocuklarımızın sağlığını düşünen bütün velilerimize teşekkür ederiz.



