

„Répa, retek, mogyoró - egészségesen enni jó!”

Vacsoracsata

Az oktatási intézmények egyre több időt szentelnek a gyermekek egészséges életmódra nevelésének. Az elmúlt évek során ugyanis nyilvánvalóvá vált, hogy ezen a téren a gyermekkor különös jelentőséggel bír.

A program elsődleges célja az egészséges táplálkozáshoz szükséges ismeretek elsajátítása, a szülők szemléletformálása ezzel az egészséges étkezést népszerűsítő, szemléletformáló programon keresztül.

Kiemelt feladat, hogy felhívja a szülők figyelmét az egészséges táplálkozás fontosságára. A verseny résztvevői megmutathatják főzőtudományukat, és elkészítheti az általuk egészségesnek vélt ételleket. Az egészséges életmódra való nevelést nem lehet elég korán kezdeni, ráadásul a gyerekek rendkívül fogékonyak az új ismeretekre. Sokan vannak köztük, akik szívesen segítenek vagy segítenének a konyhában. A szülőknek érdemes a csemetéiket tanítgatni, okítani a főzés tudományára, hiszen ez is hozzátartozik a neveléshez. Célunk az is, hogy az itt megismert egészséges ételleket, ételkészítési eljárásokat otthon megismertessék, megszerettessék családtagjaikkal, gyerekeikkel.

A szülők a pedagógusok segítségével ínycsiklandozó, ugyanakkor egészséges ételleket tudnak elkészíteni.