

8 listopada 2017 roku uczniowie **klas I – III Szkoły Podstawowej w Józefowie** już po raz siódmy wzięli udział w ogólnopolskiej akcji

„Śniadanie Daje Moc”.

Najważniejszymi celami tego programu jest zwiększenie świadomości na temat zdrowego odżywiania i roli śniadania w diecie dziecka oraz przyczynienie się do obniżenia poziomu niedożywienia dzieci w Polsce – poprzez edukację oraz promocję zdrowego odżywiania. Podczas cyklu zajęć uczniowie przypomnieli sobie informacje, w oparciu o 12 zasad zdrowego odżywiania, o roli prawidłowego żywienia, utrwalili wiedzę zawartą w Piramidzie Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Jednak najbardziej wyczekiwaną chwilą było wspólne przygotowanie i spożywanie zdrowego i przepysznego śniadania. Na stołach pojawiły się przepiękne kanapki, owoce, warzywa i soki. Był to dzień nie tylko zdrowy lecz także radosny i kolorowy.

[Zdjęcia w galerii](#)