

Warsztaty „Zdrowe drugie śniadanie”

Warsztaty „Zdrowe drugie śniadanie” w Państwowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej – 10.11.2025 r.

Dnia 10 listopada 2025 roku troje uczniów z klasy IV wzięło udział w warsztatach pt. „Zdrowe drugie śniadanie”, zorganizowanych przez Państwową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Krakowie. W wydarzeniu uczestniczyli również uczniowie z innych szkół powiatu krakowskiego.

Warsztaty miały formę emocjonującego kulinarnego wyzwania. Każda drużyna otrzymała 10 minut na opracowanie pomysłu na danie oraz wybór produktów, a następnie niecałe 30 minut na jego wykonanie. Uczniowie działali więc pod presją czasu niczym prawdziwi kucharze z programu MasterChef Junior.

Przygotowane przekąski były wykonane niezwykle starannie — dzieci dbały o wybór zdrowych składników, sposób podania, dekoracje i każdy szczegół, aby ich potrawy wyglądały apetycznie i kolorowo. Po zakończeniu pracy uczestnicy musieli opowiedzieć jurorom o swoim daniu: o zastosowanych składnikach, inspiracji oraz o tym, dlaczego ich propozycja jest wartościowym drugim śniadaniem.

Nie zabrakło też edukacji poprzez zabawę. Uczniowie wzięli udział w quizie dotyczącym zasad zdrowego żywienia, zorganizowanym na wzór „Koła Fortuny”. Dzięki temu mogli sprawdzić swoją wiedzę i poszerzyć świadomość na temat codziennych wyborów żywieniowych.

Atrakcją finałową okazało się wręczenie nagród przez smoka Hejnałka, który — w mikołajowej czapce — obdarował uczestników plecakami z praktycznymi prezentami w środku. Nasi reprezentanci nie zapomnieli o swoich kolegach i koleżankach - przywieźli także upominki, bidony, dla swojej klasy, które z pewnością znajdą zastosowanie i zachęcą do zdrowego nawadniania - w oparciu o dobro środowiska.

Warsztaty były świetną okazją do nauki poprzez działanie, rozwijania kreatywności i umiejętności współpracy. Uczniowie wrócili radośni i pełni pozytywnych emocji. Po powrocie do szkoły chętnie wymieniali się wrażeniami, opowiadali o swoim daniu oraz o tym, całkiem nowym, dla nich doświadczeniu. Jesteśmy dumni, że nasi przedstawiciele tak wspaniale reprezentowali szkołę, wykazując się zaangażowaniem, wiedzą oraz kulturą współpracy.

Patrycja Karbowniczek