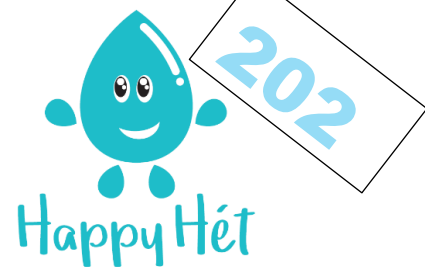




Happy- hét iskolánkban



Iskolánkban már sokadig éve emlékezünk meg a Happy -héten a vízivás fontosságáról. Idén sem volt ez másképp. Március 17-21 között igyekeztünk felhívni a gyerekek figyelmét arra, milyen fontos az egészséges életmódhoz a megfelelő mennyiségű víz ivása. Tanórákon és tanórákon kívül is információhoz juthattak a gyerekek a folyosón elhelyezett paravánról, valamint az ÖKO-faliújságról. Számos szép alkotás is született ezen a héten a gyerekek ügyes kezei által.



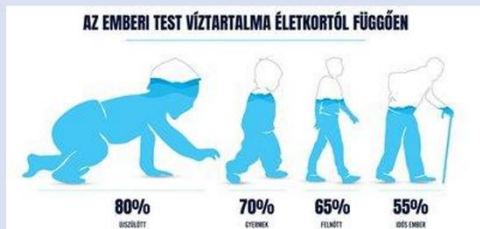
Fontos, hogy minden nap mindenki igyon elég vizet! Egyszerű ez a dolog, mégsem sikerül mindig betartani, ha foglalkozunk vele, talán könnyebben fog menni mindenkinek! ☺

Kurczina Csabáné Szmerek
Gabriella,
Karácsonyné Újhelyi Andrea

HAPPY HÉT

Miért fontos a víz ivása?

Egyrészt segítheti az emésztőenzimek működését, másrészt a tápanyagok felszívódásában is közrejátsszik és nem utolsósorban segít a salakanyagok távozásában is.



Mi lesz ha nem iszunk elég vizet?

Alacsony energiaszint. ...

Mentális köd és fáradtság. ...

Megnövekedett stroke kockázat. ...

Hangulatingadozások. ...

Halász Kata 7.a

HAPPY HÉT

IGYÁL VIZET!



Feczkó Marcell 7.a