

# Tydzień Oświaty Zdrowotnej w naszej szkole

## Plan wydarzeń:

**Poniedziałek, 7 kwietnia - "Dzień Zdrowia"**. Tydzień rozpocznie się wykładem na temat zdrowia fizycznego i psychicznego, który poprowadzi szkolna pielęgniarka. Uczniowie będą mieli okazję dowiedzieć się, jak dbać o swoje ciało i umysł, aby cieszyć się dobrą kondycją każdego dnia.

**Wtorek, 8 kwietnia - "Dzień koloru zielonego"**. Tego dnia zachęcamy wszystkich do ubrania się na zielono! Klubowicze będą promować zdrową żywność, częstując uczniów i nauczycieli pysznymi warzywami i owocami w kolorze zielonym.

**Środa, 9 kwietnia - "Dzień jabłuszkowego quizu"**. Członkowie Klubu Wolontariusza przeprowadzą quiz dotyczący zdrowego stylu życia. Każdy, kto poprawnie odpowie na pytanie, otrzyma smaczne i zdrowe jabłko. To doskonała okazja do poszerzenia swojej wiedzy o zdrowiu!

**Czwartek, 10 kwietnia - Dzień „W zdrowym ciele zdrowy duch”**. Na czwartej lekcji wszyscy uczniowie spotkają się na boisku szkolnym, aby wspólnie zatańczyć popularną „Belgijkę”. To doskonała forma aktywności fizycznej, która dostarczy mnóstwo radości i pozytywnej energii.

**Piątek, 11 kwietnia - "Dzień pomiaru saturacji i ciśnienia"**. Osoby chętne będą mogły zmierzyć swoją saturację i ciśnienie krwi. Pomiar przeprowadzi pielęgniarka szkolna podczas trzech pierwszych przerw.

## Dlaczego warto wziąć udział?

Tydzień Oświaty Zdrowotnej to doskonała okazja, by w ciekawy i angażujący sposób poszerzyć swoją wiedzę o zdrowiu. Dzięki różnorodnym aktywnościom uczniowie mogą lepiej zrozumieć, jak dbać o swoje ciało, jakie nawyki żywieniowe są korzystne oraz dlaczego aktywność fizyczna jest tak ważna.

Organizatorkami wydarzenia są Panie: Anna Maliszewska, Małgorzata Siatkowska i Monika Szulc. Zachęcamy wszystkich do aktywnego udziału - zdrowie to najcenniejszy skarb, o który warto dbać każdego dnia!