

PROGRAMUL MONDIAL *ECO-SCHOOLS*/ECO-ȘCOALA

"Alimentație sănătoasă. Simpozion și expoziție"

(nr. crt. 8 din *Planul de acțiune*)

22.01.2026

Cu scopul de a educa și responsabiliza elevii cu privire la importanța alimentației pentru sănătatea fizică și cognitivă, tema propusă s-a desfășurat pe două paliere:

1. Expoziție – preparate sănătoase. Elevii și-au dezvoltat creativitatea în bucătărie demonstrând că fac alegeri sănătoase în nutriția lor.

2. Simpozion despre alimente sănătoase. Acțiune de informare și conștientizare cu privire la alimentele benefice (bogate în vitamine și minerale), în cadrul căreia elevii au învățat să recunoască și să evite produsele dăunătoare.

Activitatea propusă și implementată s-a bucurat de un real succes în rândul elevilor, la această reușita contribuind activ și părinții acestora.

Profesori responsabili: prof. Țirdea Ionela
prof. Avădanei Emilia Cristina
prof. Laurus Lenuța

Profesor coordonator Eco - Școala: Director, Scripcariu Gheorghe Ciprian



ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ
„GĂTESC SĂNĂTOS- ALEG CONȘTIENT”



FARFURIA PERFECTĂ



O farfurie sănătoasă trebuie să conțină:

- Jumătate fructe și legume
- Un sfert carne, pește, ouă, brânză, legume
- Un sfert cereale și paste integrale, cartofi



VID-20260122-WA0165.mp4