

# Trzymaj Formę - podsumowanie akcji w powiecie

**Czym jest piramida zdrowia, co to jest zbilansowana dieta i co oznacza skrót BMI? Między innymi na takie pytania poznali odpowiedzi młodzi ludzie z Warmii i Mazur. Wszystko dzięki czwartej edycji programu „Trzymaj Formę”.**



„Trzymaj Formę” to ogólnopolska akcja realizowana przez Główny Inspektorat Sanitarny i Stowarzyszenie „Polskiej Federacji Producentów Żywności”, wśród uczniów szkół gimnazjalnych i ostatnich klas szkół podstawowych. Koordynatorem programu na terenie miasta Olsztyna i Powiatu Olsztyńskiego jest Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Olsztynie. Głównym celem akcji jest uświadomienie młodzieży wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie. Powiat olsztyński wspiera finansowo najlepsze projekty na promowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży. W tym roku projekt był realizowany w ponad dwudziestu szkołach na terenie województwa warmińsko-mazurskiego. Ponad cztery tysiące uczniów aktywnie przyłączyło się do akcji uczestnicząc w różnego rodzaju zajęciach, konkursach i olimpiadach.

- W naszej szkole uświadamialiśmy nie tylko młodzież, ale również rodziców &#8211; mówiła Iwona Jeziorek z Gimnazjum w Kolnie na spotkaniu podsumowującym akcję w starostwie powiatowym w Olsztynie. &#8211; Uczniowie naszej szkoły przekonywali rodziców o konieczności stosowania zbilansowanej diety oraz zachęcali ich do sporządzania wartościowych posiłków. Poza tym wykonaliśmy gazetki tematyczne, ulotki, które rozdawaliśmy wśród lokalnej społeczności. Były spektakle, zawody sportowe, konkurs plastyczny, utworzyliśmy też w ramach akcji szkolną grupę cheerliderek &#8211; dodała Iwona Jeziorek. Kolejny rok z rzędu dofinansowanie na projekt otrzymało również Gimnazjum Publiczne w Dobrym Mieście - Tym razem realizowaliśmy projekt „Piękno w nas i wokół nas” &#8211; mówiła Grażyna Szulc z Gimnazjum w Dobrym Mieście. &#8211; Nasi uczniowie bardzo aktywnie uczestniczyli w akcji. Były min. zajęcia na basenie, mieliśmy rajdy rowerowe oraz spacer z kijkami nordic walking.

Na spotkaniu podsumowującym w starostwie powiatowym w Olsztynie zainaugurowano piątą edycję programu. Specjalne szkolenie przeszli szkolni koordynatorzy programu, a jeszcze w tym roku odbędą się też szkolenia skierowane do intendentów.



Drukuj