

Żyj zdrowo!

Samorząd Uczniowski naszej szkoły jak co roku zorganizował akcję „Żyj zdrowo – zjedz jabłko!”. Jej celem było promowanie zdrowych nawyków żywieniowych. Jabłko to symbol zdrowia, życia, urodzaju, wiecznej młodości, nieśmiertelności, początku jesieni, mądrości, obecności boskiej, ale i grzechu, władzy królewskiej, miłości i pokusy. Jabłka to cenne owoce, bogate w witaminę C, która wzmacnia naszą odporność. Dlatego jabłka trzeba jeść szczególnie w okresie jesienno – zimowym, kiedy najczęściej zapadamy na choroby sezonowe. Anglicy mawiają: zjedz jedno jabłko dziennie, a lekarz nie będzie ci wcale potrzebny. Nasze babcie zjadały przynajmniej dwa jabłka w ciągu dnia – rano dla urody, a wieczorem dla dobrego zdrowia. Uczniowie naszej szkoły chętnie częstowali się jabłkami wystawionymi w koszach w holu szkoły, a zachęcały ich do tego Maja Waszkiewicz, Wiktoria Hybsz i Dżasmina Milewska. Ligole, kokszy, malinówki, szare renety, jonagoldy, rubiny, lobo, gale... Kwaskowe i bardziej słodkie. Aromatyczne, chrupiące, kolorowe.... Naprawdę było w czym wybierać i każdy mógł znaleźć swój ulubiony smak. Zapotrzebowanie na owoce przerosło nasze oczekiwania. Uczniowie zjedli ponad 55 kg jabłek. Dobrze, że smakiem jabłek możemy cieszyć się przez cały rok.
