**Między zabawą a zdrowiem**

**Fundacja Zdrowe Kieszonkowe po raz kolejny zorganizowała warsztaty pod hasłem „Między zabawą, a zdrowiem”. Zajęcia były adresowane do uczniów klas II - IV szkół podstawowych z terenu województwa podlaskiego. Do tegorocznej edycji zakwalifikowało się łącznie osiem placówek, a w zajęciach udział wzięło niemal 600 dzieci. Realizacja projektu była możliwa dzięki współfinansowaniu ze środków Województwa Podlaskiego.**

*- Zajęcia miały formę aktywizującą i opierały się na budowie Piramidy Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Dzieci poznały zasady prawidłowej diety, a także zdrowe produkty, które obowiązkowo powinny znaleźć się w codziennym jadłospisie każdego ucznia. Co ciekawe, dowiedziały się też czym zastąpić cukier i sól, używane na co dzień do posiłków – mówi Andrzej Nartowicz, prezes Ideal Group i twórca Fundacji „Zdrowe Kieszonkowe”.*

Warsztaty powstały z inicjatywy Fundacji, która walczy z niedożywieniem dzieci w szkołach, m.in. finansując najuboższym uczniom zdrowe drugie śniadanie. Do współpracy podczas każdej edycji zapraszany jest dyplomowany dietetyk, który w ciekawy i przystępny sposób zachęca najmłodszych do zmian swoich nawyków żywieniowych. Zajęcia wpisują się w realizację założeń organizacji, jakim jest również edukacja w zakresie szeroko rozumianej profilaktyki zdrowotnej.

Warsztaty, które realizowano od września do 15 listopada przeprowadzono w szkołach w: Wasilkowie, Sobolewie, Augustowie, Michałowie, Trzciannem, Juchnowcu Górnym, Bielsku Podlaskim, Ogrodniczkach.

*- Pomysł zrealizowania w naszej szkole takich warsztatów okazał się strzałem w dziesiątkę. Dzieci bardzo chętnie uczestniczyły w tym przedsięwzięciu. Pani dietetyk, która prowadziła zajęcia w ciekawy sposób przekazywała wiedzę na temat zdrowego odżywania i rzeczowo tłumaczyła każdy element niewiedzy. Jeżeli będzie taka możliwość, to w przyszłości również chcemy współpracować z Fundacją Zdrowe Kieszonkowe – podkreśla Barbara Folejewska, nauczycielka ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Augustowie.*

Fundacja realizuje warsztaty dzięki funduszom pozyskiwanym z zewnątrz lub w miarę możliwości ze środków własnych. Dotychczas w warsztatach „Między zabawą a zdrowiem” zorganizowanych przez Fundację Zdrowe Kieszonkowe udział wzięło około 1,5 tys. uczniów.