

Namen in cilji projekta:

- Ozaveščanje učencev o pomenu zdrave in uravnovešene prehrane za rast in razvoj.
- Spoznavanje prehranske piramide.
- Spodbujanje učencev, da posegajo po sadju in zelenjavi.
- Navajanje učencev, da jedo večkrat na dan – pet obrokov.
- Spodbujanje učencev, da dnevno zaužijejo dovolj tekočine.
- Nadomeščanje sladkih in gaziranih pijač s čaji in vodo.
- Spodbujanje učencev, da dnevno zaužijejo priporočljivo količino ogljikovih hidratov, beljakovin in maščob.
- Sestavljanje uravnoveščenega jedilnika.
- Pomen začimbnih rastlin v prehrani.
- Obisk in spoznavanje pridelave hrane na eko kmetiji.
- Vsi odpadki naj ne gredo v smetnjak, odpadna embalaža je lahko material za zanimive izdelke.
- Spoznavanje pozitivnih in negativnih vplivov poživil na človeka.
- Ozaveščanje otrok in učencev o pomenu gibanja v naravi za zdrav telesni in duševni razvoj.