

Egészségnap 2026. március 20.

Kihívások:

1.: Osztálysaláta készítése



Osztályonként 1 zöldségsaláta, ami jégsaláta alapú, összeállítása, oly módon, hogy a gyerekek az osztályfőnökök irányításával hoznak 1-1 hozzávalót (nyers zöldséget, öntetet, stb), így a saláta összeállítása az iskolában történik. Ehhez szükséges 1 nagy tál, és műanyag tányérok, villa, amiket, kérjük, otthonról hozzanak a gyerekek.

A zsűri részére kóstolókat és az összetevők listáját kérjük a tanárban elhelyezni :-) 3.óra végéig.

Figyelem! Ne használjátok a következő hozzávalókat:

kesudió, pisztácia, törökmogyoró, földimogyoró, mandula, kivi, burgonya, gluténtartalmú hozzávalók.

2.: Plakátverseny:

Téma: Az egészséges életmód- plakát készítése az iskolában, osztályonként.

Kiosztott kartonokra készítetek képekből, akár rajzolt, akár nyomtatott, vagy szórólapokból kivágott képekből, stb... közösen.

Az elkészült plakátokat kérjük az iskolai faliújságra kifüggeszteni . A zsűri a nap folyamán értékeli őket.

Az első 3 helyezett osztály díjazásban részesül.

Dijainkat az Avicenna Magánrendelő biztosítja.

A rendezvény megrendezésének támogatója a Csabdi Iskoláért Alapítvány.

Előadások a prevenció jegyében:

10.40. kezdettel az osztályok részt vesznek különböző előadásokon az alábbi beosztásban:

Alsó tagozat:

Helyszín: ebédlő	Felügyelet:
10.40-11.25: Egészséges életmód – Juhász Emese	Osztályfőnökök
11.30- 12.20: Mozog a suliban- zenés mozgás Anett nénivel	Osztályfőnökök

Ebédelés a mozgást követően 12.30.kezdéssel.

Felső tagozat:

Előadások 20 perces etapokban, forgószínpad szerűen.

Helyszín:

Tornaterem, és a 6. és a 8. osztály tantermei

Beosztás kifüggesztve. (Csoportok+ felügyelet)

Előadók:

- 1.**Dr Balázs Sándor** rendőr alezredes, bicskei rendőrkapitány: Csíny vagy bűncselekmény?
- 2.**Gergely Annamária** rendőr százados: közlekedési kiskokos
- 3.**Nothoff Ingrid** rendőr őrnagy: tiltott szerek
- 4.**Harázi Mária**: EFI: prevenció- alkohol
- 5.**Országos Mentőszolgálat**: elsősegély

Ebédelés az előadásokat követően, 13.00.kezdéssel.

Kérjük az **osztályfőnökök segítségét** a saláta és a plakát elkészítésében, valamint a **szülők támogatását** az alapanyagok tekintetében.

**Köszönjük szépen a támogató együttműködést!
Jó készülődést, ötletelést kívánunk!**

Szervezők: Mariann néni, Melinda néni, Béla bácsi :-)