

Beseda o zdravej výžive

V pondelok 13.6.2022 sa v kultúrnej sále našej školy konala prednáška spojená s diskusiou na tému zdravá výživa s MUDr. Radovanom Plášilom pre dievčatá tercie a záujemkyne z nižších ročníkov. Cieľom prednášky bolo dať podnet na zamyslenie, akú úlohu zohráva strava v našom zdraví a dať odporúčania na základe vedeckých štúdií. Študentky sa dozvedeli, ako si môžu vylepšiť zdravý jedálniček, ale hlavne získali informácie o nebezpečenstvách diét z internetu. Po prednáške bol priestor na otázky. Diskusiu sprevádzal citát jedného z najvýznamnejších lekárov všetkých čias slávneho Hipokrata - **Nech jedlo je vaším liekom a liek je vaším jedlom.** V pondelok 20.6.2022 bude pre veľký záujem prednáška zrealizovaná pre dievčatá z vyšších ročníkov a v septembri pre chlapcov. Ďakujeme MUDr. Plášilovi za pomoc a ochotu besedovať s našimi študentkami.

