

Zdravý životný štýl v sekunde

Tri dni pred veľkonočnými prázdninami sa pre sekundánov niesli v téme zdravého životného štýlu. Žiaci si mohli vyskúšať mnoho aktivít podporujúcich pohyb, zdravie a zdravú výživu. Vyskúšali si netradičné pohybové aktivity - aerobic a cvičenie na fit loptách, dozvedeli sa mnoho informácií o nebezpečenstve drog a škodlivých látok. Zažili chôdzu s okuliarmi, ktoré simulovali vplyv alkoholu na ľudský organizmus, zistili, koľko tuku a cukru sa nachádza v bežných potravinách, na vlastné oči videli, čo sa dostáva do pľúc s každou cigaretou, vciťovali sa do pocitov drogovovo závislého človeka. Tieto tri dni boli mimoriadne zaujímavé.



