

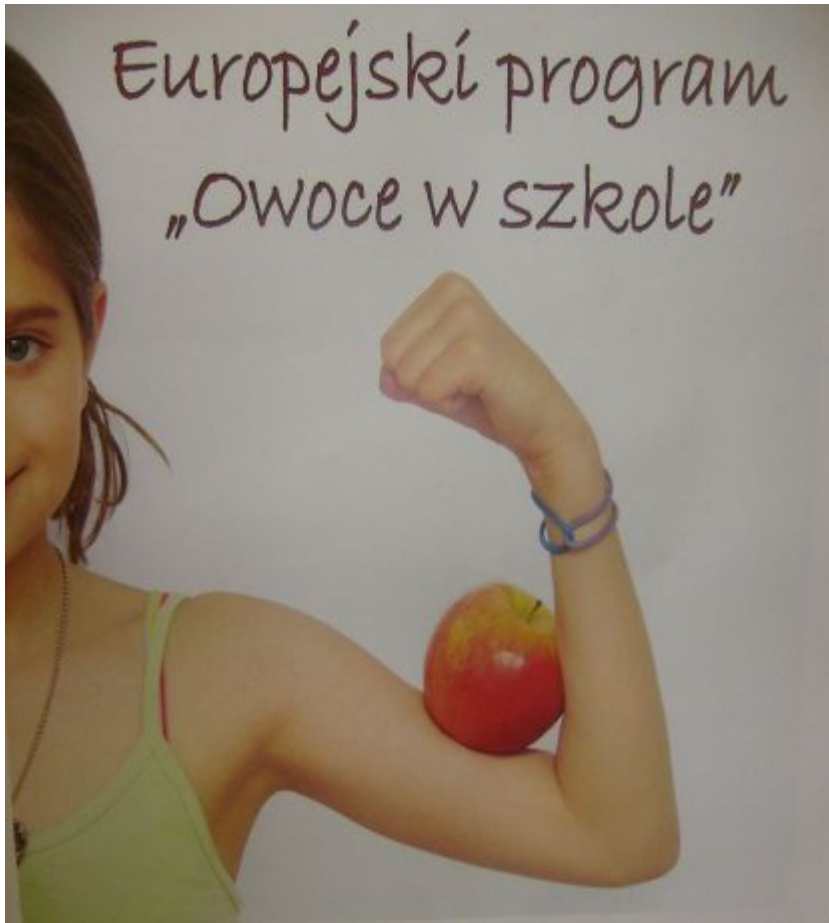


# „Owoce w szkole”

Program Agencji  
Rynku Rolnego  
w Rzeszowie

Szkoła Podstawowa  
im. M. J.  
Piłsudskiego  
w Horyńcu-Zdroju

# Powstanie programu



Komisja Europejska w 2009 r. powołała do życia program „**Owoce w szkole**” jako odpowiedź na obserwowany od kilku lat stały spadek spożycia owoców i warzyw w Unii Europejskiej. Trend ten może nie tylko wpływać niekorzystnie na sytuację na rynku owoców i warzyw, ale przede wszystkim negatywnie oddziaływać na codzienną dietę Europejczyków, a w szczególności dzieci.

# Polska

## EUROPEJSKI PROGRAM „OWOCE W SZKOLE”



**DZIECI Z KLAS I-III  
NASZEJ SZKOŁY OTRZYMUJĄ  
DARMOWE OWOCE I WARZYWA  
W RAMACH UNIJNEGO PROGRAMU  
„OWOCE W SZKOLE”**

Celem programu jest długoterminowa zmiana  
nawyków żywieniowych dzieci i młodzieży  
poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich codziennej diecie  
na etapie, na którym kształtują się ich nawyki żywieniowe.

- W Polsce program skierowany jest do **uczniów klas I-III szkół podstawowych.**
- Każde dziecko uczestniczące w programie otrzymuje jednorazowo porcję składającą się z jednego produktu owocowego i jednego produktu warzywnego.



# Upowszechnienie informacji o Programie „Owoce w szkole”



Umieściliśmy w widocznym miejscu (na holu szkolnym) w pobliżu głównego wejścia do budynku szkoły europejski plakat informujący o programie.

**„Owoce w szkole” - gazetka tematyczna przygotowana przez uczniów należących do świetlicy szkolnej.**





**Zapoznaliśmy się z głównym celem programu, który ma za zadanie zachęcić dzieci do spożywania większych ilości owoców i warzyw, a tym samym przyczynić się do ukształtowania dobrych nawyków żywieniowych, które będą utrzymywały się również w późniejszych latach życia.**



Odpowiednie **żywienie dzieci** wpływa na ich zdrowie i prawidłowy rozwój,  
dlatego pilnujemy w naszej szkole, by jadły odpowiednią ilość owoców dziennie.





## SPOŻYWANIE PRZEZ UCZNIÓW KLAS I-III OWOCÓW I WARZYSW





# SOKI I JABŁKA TO SAMO ZDROWIE!



# CZAS OWOCÓW I WARZYZW





Wiosna to najlepszy moment na dostarczenie organizmowi cennych witamin i składników mineralnych. To również najlepsza pora, aby uchronić się przed ich niedoborami.





Gryzienie owoców ćwiczy zgryz oraz mięśnie odpowiedzialne za rozwój mowy.

dlatego świeże owoce to **najlepsza dieta dla dziecka.**



Jabłka, gruszki warto zjadać razem ze skórą, pod którą mają najwięcej witamin. Należy pamiętać, że najlepiej przyswajalne przez nasze dzieci są owoce, które wyrosły w naszej sferze klimatycznej.





# Wiktoria klasa III



*„Uwielbiam jeść  
owoce. Dzięki  
nim mam siłę do  
pływania na  
basenie podczas  
treningu”*

# Jakub klasa III



*„Najbardziej lubię jeść  
banany. Ale gdy w  
szkole dostaję jabłko i  
soczek też nie  
narzekam”*



# Agata klasa II



*„Owoce są zdrowe,  
zawierają mało  
tłuszczu, mają dużo  
witamin i są smaczne.  
Tak mówi mi moja  
mama. A ja mamy  
słucham”*

# Hubert klasa II



*„Mama już nie musi mi dawać do szkoły owoce. Dostaję je w szkole. I jest fajnie!”*

# Daria klasa I



*„Lubię chrupać marchew  
na każdej przerwie. Gdy  
robi to cała klasa słyszeć  
tylko :chrup, chrup ....”*



# Łucja klasa I



*„Trochę mi trudno  
jeść marchew, ale  
lubię bardzo jej  
smak”*

# DZIĘKUJEMY!



**Nasz dostawca:**

**"Promlek" Firma Handlowo-  
Usługowa Grzegorz Prucnal**

ul. Górna 125  
36-050 Trzeboś

woj. podkarpackie

