

Национален конкурс “Най-здравословна рецепта за училище 2019”!

Обичаш да приготвяш здравословна храна, която лесно можеш да хапнеш и в училище, включи се в Националния конкурс “Най-здравословна рецепта за училище 2019”?



„Упражнявани от ранно детство, добрите навици се запазват и в зряла възраст , затова инициативата на Сдружение „УСМИВКА“ Бургас **“Най-здравословна рецепта за училище 2019”!** , реализирана с подкрепата на Община Бургас е свързана с идеята да насърчи децата да се радват на здравословно хранене и физически упражнения в училище като добрата инвестиция за тяхното бъдеще.“

Детското затлъстяване е изключително обезпокоителен проблем, предвид че броят на децата в Европа, страдащи от наднормено тегло или затлъстяване, нараства с около 400 000 годишно. Освен че страдат от здравословни проблеми като диабет и чернодробни заболявания като малки, децата с наднормено тегло са сериозно застрашени от сърдечни заболявания, рак, високо кръвно налягане, инфаркт и депресия като пораснат.

Европейският ден за здравословна храна и готвене е част от широка кампания на Комисията за борба срещу затлъстяването посредством насърчаване гражданите на ЕС да предпочетат балансиран хранителен режим и да правят повече физически упражнения. Голяма част от навиците, свързани с начина на живот, се изграждат в детска възраст. Поради това децата, на които е обяснена важноста на здравословното хранене и които са научени правилно да подбират хранителния си режим, е по-вероятно да водят здравословен живот като възрастни.

Във връзка с Европейският ден за здравословна храна и готвене 08.11.2019г Сдружение „УСМИВКА“ Бургас съвместно с Община Бургас за първа година обявяват Национален конкурс **“Най-здравословна рецепта за училище 2019”!**

В конкурса могат да участват деца и младежи от 5 до 15 години, които сами да създадат и споделят най-лесна и здравословна рецепта .

Как да участвате?

1. Изпратете ни своята рецепта със снимка в **Instagram**

@sdrujenieusmivka #naizdravoslovnarezepta2019

или

2. Можете да ни изпратите снимка на своята рецепта и описание към нея - съставки пропорции , продукти. На обратната страна на снимката напиши имейл адрес , училище, град, името на участника в конкурса и адрес за контакти.

Адрес гр. Бургас ул. „Янко Комитов „ 4
За конкурса “Най-здравословна рецепта за училище 2019”!
Митка Георгиева за Сдружение „УСМИВКА“

до **17:00 часа на 08. ноември 2019**, Европейския ден на здравословното хранене и готвене.

Спечели една от множеството награди за готвене от този конкурс.

На всички участници в конкурса ще бъдат изпратени грамоти за участие по имейла .

Най-добрите рецепти ще бъдат публикувани в безплатна онлайн рецептурна книжка и победителите наградени в официална церемония в гр. Бургас през месец ноември.

Митка Георгиева Председател на УС на СНЦ „УСМИВКА“

0988 753 171, Бургас ул. „Янко Комитов „ 4

07.11.2019г.