

25/10/2018

ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ – ΛΥΚΕΙΟΥ ΟΛΥΜΠΙΟΝ ΕΓΙΝΑΝ ΓΙΑ ΜΙΑ ΜΕΡΑ ΜΙΚΡΟΙ ΜΑΓΕΙΡΕΣ



Τη Δευτέρα 22 Οκτωβρίου και την Τρίτη 23 Οκτωβρίου τα τμήματα της **Α΄ Γυμνασίου** του σχολείου μας, με τη συνοδεία της κ. Άντρας Χατζήμιχαηλ και κ. Χριστίνας Κρητικού, επισκέφτηκαν τις εγκαταστάσεις της **Lidl Food Academy** για να συμμετάσχουν στο καινοτόμο πρόγραμμα της, που σκοπό έχει να προσφέρει μαγειρικές και διατροφικές γνώσεις στους μαθητές/τριες και παράλληλα να διαπαιδαγωγήσει τα παιδιά στο να εκτιμούν και να αναζητούν το υγιεινό, «σπιτικό» φαγητό.

Με την άφιξη των παιδιών στην Ακαδημία, προσφέρθηκε **υγιεινό πρόγευμα** και έπειτα εγκεκριμένη **διατροφολόγος** τους έδωσε συμβουλές σωστής και ισορροπημένης διατροφής. Στη συνέχεια, παρακολούθησαν **μαθήματα μαγειρικής** από καταξιωμένο σεφ. Τέλος, αφού χωρίστηκαν σε ομάδες **κλήθηκαν να εφαρμόσουν** στην πράξη αυτά που έμαθαν και να υλοποιήσουν με την ομάδα τους τις συνταγές που τους παρουσιάστηκαν με την καθοδήγηση του σεφ και των βοηθών του. Όταν όλες οι ομάδες των μαθητών τελείωσαν το μαγείρεμά τους, στον



προκαθορισμένο χρόνο που τους δόθηκε, έστρωσαν το τραπέζι και όλοι μαζί **απόλαυσαν το μενού που δημιούργησαν**.

Μέσω αυτής της εμπειρίας οι μαθητές/τριες αποκόμισαν πολλά οφέλη. Έμαθαν να **μαγειρεύουν** και να **τρέφονται καλύτερα**. Επιπλέον, τα παιδιά αντιλήφθηκαν ότι το φαγητό δεν είναι μόνο μέσο επιβίωσης, αλλά και μια από τις απολαύσεις της ζωής, του οποίου η κατανάλωση απαιτεί γνώση και σύνεση.

Από τη Διεύθυνση