

# Portal Województwa Lubuskiego



## W zdrowym ciele, zdrowy duch



**Kategoria** - Archiwum

**Data publikacji** -4 listopada 2016 godz. 14:11

**O zdrowym stylu życia wiedzą wszystko. Tworzą projekty edukacyjne o profilaktyce nadwagi i otyłości. Kto? Uczniowie lubuskich szkół, którzy wzięli udział w X edycji programu „Trzymaj Formę!”. 7 listopada br.odbyło się podsumowanie tegorocznej - X edycji programu. - Poprzez ten konkurs**

**staramy się dotrzeć do wszystkich z modą na zdrowy styl życia. Zdrowy styl życia to przede wszystkim zdrowa dieta, dobrze zbilansowana, ale również aktywność fizyczna - mówiła do młodych Lubuszan marszałek Elżbieta Anna Polak.**

„Trzymaj Formę!” to wspólne dzieło Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gorzowie Wlkp. i Urzędu Marszałkowskiego. To program edukacyjny mający na celu profilaktykę nadwagi i otyłości u dzieci i młodzieży. Celem jest edukacja w zakresie kształtowania prozdrowotnych nawyków poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia i zbilansowanej diety. I to właśnie uczniowie lubuskich szkół byli autorami projektów, które wzięły udział w konkursie. - Dzięki temu programowi mogliście się dowiedzieć, w jaki sposób ten zdrowy styl życia umieć trzymać, oraz w jaki sposób zadbać o siebie, żeby się rozwijać, czy lepiej się uczyć - mówiła marszałek Elżbieta Anna Polak, która pytała także młodych Lubuszan czy uprawiają sport, czy się zdrowo odżywiają oraz czy zjedli dziś śniadanie. Opowiedziała też o swoim - niezwykle aktywnym stylu życia.

Tegoroczni laureaci to: Zespół Szkół nr 13 w Gorzowie Wlkp., Publiczna Szkoła Podstawowa w Zawadzie, Szkoła Podstawowa w Dobiegniewie.

Gośćmi uroczystości byli m.in. pięcioboista Marcin Horbacz , szermierz Tomasz Cygański oraz trener tenisa stołowego Paweł Sroczyński, którzy próbowali zarazić młodych ludzi miłością i pasją do sportu.

## **PROGRAM**

|              |                                                                                                                                                                            |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>11.00</b> | Taneczne otwarcie - Pokaz <b>Szkoły Tańca Gracja</b>                                                                                                                       |
| <b>11.05</b> | Otwarcie spotkania – <b>Elżbieta Anna Polak</b> , Marszałek Województwa Lubuskiego                                                                                         |
| <b>11.10</b> | Wystąpienie <b>lek. med. Dorota Konaszcuk</b> , Lubuskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego, Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp. |
| <b>11.15</b> | Pokaz <b>Szkoły Tańca Gracja</b>                                                                                                                                           |
| <b>11.25</b> | Ogłoszenie wyników i wręczenie nagród                                                                                                                                      |
| <b>11.35</b> | Zespół Szkół nr 13 w Gorzowie Wlkp. – <b>Ewa Cybulska</b> , Koordynator zwycięskiego projektu pn.: „Moda na Zdrowie”                                                       |
| <b>11.45</b> | Podsumowanie X edycji Trzymaj Formę – <b>Mirosława Boks-Kąkalec</b> , Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp.                                        |
| <b>11.55</b> | Pięciobój nowoczesny – dyscyplina dla każdego? – <b>Marcin Horbacz</b> (Olimpijczyk, 9-krotny medalista Mistrzostw Polski) z młodymi zawodnikami                           |
| <b>12.05</b> | Pokaz szermierki – <b>Tomasz Cygański</b> (Mistrz Polski z 1995 r.) z młodymi zawodnikami                                                                                  |

|              |                                                                                              |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>12.15</b> | Pokaz tenisa stołowego – <b>trener Paweł Sroczyński (ZKS Drzonków)</b> z młodymi zawodnikami |
| <b>12.30</b> | Zdrowy poczęstunek                                                                           |

W tegorocznej edycji programu udział wzięło 208 szkół z województwa lubuskiego (43%).