



OKROŽNICA št. 62

ZDRAVI DNEVI na **GSŠKF Ruše** – april 2022

V dijaškem domu bodo potekali **Zdravi dnevi z medgeneracijskim sodelovanjem**. Dejavnosti bodo na voljo dijakom dijaškega doma in tudi dijakom šole, ki ne bivajo v dijaškem domu in potrebujejo oiv/id ure.

V primeru, da niste iz DD in bi se pridružili dejavnostim, se oglasite v dijaškem domu pri mentorici Klavdiji Podlesnik ali pri drugih dežurnih vzgojiteljih.

Vabljeni!

Razpored dejavnosti:

DAN	URA	DEJAVNOST	PROSTOR IZVAJANJA
PONEDELJEK 11.4.2022	16.00	Okrasitev jajc za barvanje z naravnimi materiali.	Dijaški dom – jedilnica dijaškega doma
TOREK 12.4.2022	9.45 - 10.45	Medgeneracijsko gibanje - športni dan (nekaj dijakov iz 1. letnikov DD).	Park pred Športno dvorano (zgornji vhod)
TOREK 12.4.2022	16.00	Priprava smutijev.	Dijaški dom – učilnica P19
SREDA 13.4.2022	16.00	Popoldanski sprehod po Rušah in fitness v naravi.	Dijaški dom – dobimo se pred vhodom DD
SREDA 13.4.2022	17.00	Domijada - Maske so padle – okrogla miza na daljavo.	Dijaški dom - dijaki DD
ČETRTEK 14.4.2022	16.00	Priprava smutijev.	Dijaški dom – učilnica P19
ČETRTEK 14.4.2022	17.00	Sestavljanje jedilnika za Zdrav teden od 19. 4. 2022 do 22. 4. 2022. Zdrav način prehranjevanja.	Dijaški dom – jedilnica dijaškega doma
TOREK 19.4.2022	9.45 - 10.45	Medgeneracijsko gibanje - Fitness v naravi (nekaj dijakov prostovoljcev 1. letnikov).	Dobimo se 9.45 pred VDC Polž in gremo skupaj do fitnesa v naravi.
SREDA 20.4.2022	9.45 - 10.45	Medgeneracijsko druženje z VDC Polž RAZSTAVA FOTOGRAFIJ Alje Mihalj iz 2. ag	Dijaški dom – učilnica P19
ČETRTEK 21.4.2022	17.00	Predavanje o zdravem življenjskem slogu.	Dijaški dom – učilnica P19
ČETRTEK 21.4.2022	19.00	Večerne športne igre na igrišču.	Igrišče pri Bazenu – dobimo se pred vhodom v DD

V tednu po Velikonočnih praznikih bomo prilagodili jedilnik. Ta teden bomo pripravili Zdrav jedilnik, z veliko sadja in zelenjave ter hrano brez konzervansov.

Vsi, ki želite sodelovati pri sestavi zdravega jedilnika, se oglasite v DD, v četrtek, 14. 4. 2022, ob 17.00, kjer boste izvedeli pomembne informacije o zdravem načinu prehranjevanja.

Želimo vam lep zdrav življenjski slog, z veliko gibanja in zdrave prehrane.

Mentorica dejavnosti:
Klavdija Podlesnik

Ravnatelj GSŠKF Ruše:
Samo Robič, univ. dipl. inž. kem. teh.

Obveščeni:

- vsi letniki preko eAsistenta
- zaposleni GSŠKF Ruše preko eAsistenta
- evidenca GSŠKF Ruše