

Kulinarnie zdrowi

W poniedziałek 8 maja w Samorządowym Publicznym Przedszkolu Leśne Skrzaty w Poraju w ramach Akademii Gotowania Przedszkolaków odbyły się warsztaty kulinarne dla rodziców i dzieci przeprowadzone przez aktorkę Monikę Mrozowską.



Fot.: arch. Przedszkole Poraj

Uczestnicy zdrowych warsztatów kulinarnych u Leśnych Skrzatów

Warsztaty kulinarne odbyły się w związku z rozpoczęciem realizacji przedsięwzięcia profilaktyczno-zdrowotnego pod nazwą „Kulinarnie zdrowi” w ramach Akademii Gotowania Przedszkolaka

Poprowadziła je **Monika Mrozowska** - aktorka, która od wielu lat proponuje zdrowe i smaczne potrawy widzom programu „Dzień Dobry TVN”, a także jest autorką książek kulinarnych „Uczta dla dwojga”, „Fajna babka”, „Słodko, zdrowo świątecznie” i „Przemytnicy na wakacjach”.

Warsztaty zostały połączone z odsłonięciem loga promującego nowe przedsięwzięcie.

Na spotkanie zaproszono rodziców Leśnych Skrzatów oraz osoby reprezentujące Urząd Gminy Poraj: zastępcę wójta **Katarzynę Kaźmierczak**, sekretarz Gminy Poraj **Marię Magdalенę Gurbalę**, p.o. kierownika ZEAS **Annę Kuklę**, a także przedstawiciela Starostwa Powiatowego w Myszkowie – wicestarostę **Annę Sochę-Korendo**.



Fot.: arch. Przedszkole Poraj

Zaproszeni goście chętnie przyłączyli się do wspólnego gotowania (od lewej: Monika Mrozowska, zastępca wójta Katarzyna Kaźmierczak, p.o. kierownika ZEAS Anna Kukła)

Prowadząca warsztaty Monika Mrozowska to prawdziwa pasjonatka zdrowego żywienia, która pokazuje, jak przygotowywać maluchom zdrowe i smaczne posiłki. Przedszkolaki przywitały specjalnego gościa inscenizacją o walorach smakowych i odżywczych owoców oraz warzyw. Nie zabrakło także piosenki o „Ogórku”.

Nauczycielki koordynujące spotkanie **Joanna Górniak** oraz **Justyna Morgała** przedstawiły krótko w prezentacji multimedialnej fakty oraz ciekawostki z życia instruktorki. Następnie pod czujnym okiem gościa rodzice i przedszkolaki rozpoczęli wspólne gotowanie.

Monika Mrozowska zaproponowała potrawy z jednej ze swoich książek kulinarnych. Szybko nawiązała z przedszkolakami serdeczny kontakt, przez co dzieci nie odstępowały jej ani na krok i asystowały we wszystkich działaniach. Z radością rozdawała autografy i pozołała do wspólnych zdjęć. Bardzo istotne było także to, że pani Monika dzieliła się swoim doświadczeniem podczas wspólnych rozmów z rodzicami, udzielała rad i wskazówek, cierpliwie odpowiadała na wszystkie pytania.

Warsztaty zakończyła wspólna degustacja przyrządzonych dań. Goście byli zaskoczeni, jak szybko i łatwo można przyrządzić zdrowy posiłek. Atmosfera spotkania była fantastyczna, a gość okazał się przemiłą i ciepłą osobą, której optymizm i serdeczny uśmiech udzielił się natychmiast wszystkim, a dobre rady pozostały w pamięci.