

**Tisková zpráva**

## **Tradiční oslava Mezinárodního dne kuchařů**

**Nestlé pro zdraví v pátek 20. října vařilo s dětmi ve škole v Poděbradech.**



Páteční Mezinárodní den kuchařů oslavily děti ZŠ TGM v Poděbradech společně s Nestlé a Asociací kuchařů a cukrářů ČR vařením a dalšími aktivitami. Celodenní akce umožnila žákům školy projít kurzem o vyváženém životním stylu. Současně měli možnost připravit pokrmy pod dohledem zkušených kuchařů nebo si ověřit pohybové dovednosti s lektory programu Děti na startu. Tématem letošního ročníku byli „superhrdinové zdravé výživy“. Oslava se uskutečnila díky vzdělávacímu programu Nestlé pro zdraví dětí.

Žáci 3.–7. tříd mimo jiné absolvovali krátkou interaktivní přednášku o vyváženém životním stylu. Co jíst, kdy a v jakém množství? Proč je dobré jíst ovoce a zeleninu, co je to pestrá strava a další jednoduchá, ale důležitá fakta jim zábavnou formou vysvětlili lektori programu. „Touto edukativní a přitom zábavnou formou chceme zvyšovat povědomí o správné výživě, přiměřené fyzické aktivitě a jejich dopadu na zdraví, což je i hlavní cíl programu Nestlé pro zdraví dětí,“ vysvětluje Torben Emborg, generální ředitel společnosti Nestlé Česko a Slovensko. Během dopoledne si žáci mohli vyzkoušet, že vaření je zábava. Měli příležitost podívat se pod ruce nejlepším profesionálům. „Jídlo nám musí dodat potřebné živiny a má být připraveno z kvalitních a čerstvých surovin a také s láskou,“ říká Bc. Miroslav Kubec,

prezident Asociace kuchařů a cukrářů ČR. „Do programu se zapojujeme, abychom dětem ukázali, že příprava jídla nemusí být náročná a výsledek bude chutný a zdravý.“

V českých rodinách se často odbývají snídane a ani školní svačiny nejsou mnohdy vhodným příkladem stravy pro školáky. I proto byla novinkou letošní oslavy odpolední část, která se věnovala dětem a rodičům. Profesionálové v oboru zdravé výživy připravili zdravou snídani a prozradili, jak má vypadat zdravá a vyvážená školní svačina. Rodiče si tak odnesli recepty a nápady na přípravu chutných a vyvážených pokrmů. Děti zase měly možnost otestovat své znalosti v zábavných kvízech či vyzkoušet své pohybové dovednosti díky programu Děti na startu, s nímž Nestlé pro zdraví dětí uzavřelo pro letošní školní rok spolupráci. Po absolvování akce žáci obdrželi diplom malého šéfkuchaře a kuchařské čepice.

Program Nestlé pro zdraví dětí probíhá ve spolupráci s organizací Edhance. Do projektu se školy mohou přihlásit prostřednictvím přihlašovacího formuláře uvedeného na stránkách Nestlé pro zdraví dětí.

Mezinárodního dne kuchařů se každý rok účastní téměř 13 milionů kuchařů z celého světa, sdružených v 110 členských asociacích. Obvykle se v tento den zapojují do charitativních programů ve svém okolí.

Text a foto: Andrea Brožová

---