



În perioada 06-10 iunie 2022, trei profesori și cinci elevi din cadrul liceului nostru au fost oaspeții Liceului 19.SU „Elin Pelin”, Sofia, Bulgaria care a găzduit prima mobilitate internațională din proiectul menționat mai sus având tema **„Developing Strategies, Practices and Finding solutions to Obesity (Healthy Life) by Taking Attention to Healthy Eating and Physical Activities Using Intercultural Learning by Including Disadvantaged People”**, co-finanțat prin programul Erasmus +, Sectorul Educație școlară, schimb școlar de elevi și profesori.

Peste 35 de elevi și profesori din Bulgaria, România și Turcia au fost întâmpinați cu dansuri tradiționale, pâine și sare. Directorul școlii, dna. Klara Arabadjieva i-a întâmpinat pe oaspeți iar plimbarea prin clădirea școlii și participarea la cursuri s-au dovedit captivante.

Proiectul a contribuit la promovarea unui stil de viață sănătos și a adus îmbunătățiri pe termen lung în alegerile alimentare ale elevilor noștri. Pe baza scopului principal al proiectului, alimentația și stilul de viață sănătos, profesorii și elevii au primit informații detaliate despre regulile de alimentație sigură și adecvată, furnizarea de alimente sănătoase care pot înlocui dorința de fast-food și junk food. Instituția gazda a organizat un eveniment cultural și un tur istoric în orasul Sofia, Vitosha, cascada Boyana și Biserica Boyana.

Programul proiectului a inclus diverse activități și ateliere de lucru, drumeții la munte, antrenament de fitness cu antrenor personal și înot în complexul sportiv „Spartak” din Sofia, o discuție pe tema „Piramida mea: pași pentru a te vindeca” cu prof. Panayotov de la NSA, o demonstrație despre cum să prepari acasă mâncare sănătoasă cu gazda Ananda Bakery, etc.

Prin metodele de educație non-formală, tinerii au dobândit diverse cunoștințe și abilități în domeniul alimentației sănătoase și al activității fizice ca mod de viață.

Urmând obiectivul principal al proiectului, am reușit să transmitem cunoștințe și să îmbunătățim și abilitățile lingvistice și de comunicare ale participanților care au descoperit noi oportunități de învățare și, de ce nu, noi prieteni.

Dna. Klara Arabadjieva, prof. Mirela Petkova și întreaga echipă de proiect au susținut o organizare eficientă și o atmosferă prietenoasă pentru cooperare în timpul activităților planificate și implementate.

Întreaga echipă de proiect din România așteaptă cu nerăbdare sosirea oaspeților din Bulgaria și din Turcia programată pentru perioada 21-25 Noiembrie 2022.

Ne vedem în curând!

Echipa de implementare a proiectului ”Developing Strategies, Practices and Finding solutions to Obesity (Healthy Life) by Taking Attention to Healthy Eating and Physical Activities Using Intercultural Learning by Including Disadvantaged People”