



Kto jest gotów na wyzwanie?

Zapraszam do udziału w akcji organizowanej przez Narodowe Centrum Edukacji Żywnościowej NIZP-PZH.

II edycja akcji Rodzinna akcja: zdrowa rywalizacja ruszyła 19. października. W tym roku pod hasłem Aktywnie po zdrowie.

Nic straconego zachęć swoją rodzinę i dołącz do wyzwań.



Akcja ma na celu edukowanie i kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych oraz zachęcanie do aktywności fizycznej wszystkich członków rodziny.

Na co mogą liczyć uczestnicy? Na:

- 8-tygodniową zabawę, która umożliwi wprowadzenie w życie zdrowych nawyków,
- 2 wyzwania w tygodniu: żywieniowe w poniedziałek i sportowe w środę,
- 2 zadania specjalne, które pojawiają się w wybrane weekendy akcji.

Organizatorzy przygotowali filmy, animacje i inne ciekawe materiały, które pomogą Waszej rodzinie uporać się z zadaniami. Za ich obejrzenie także otrzymujecie punkty!

Konkurs trwa w okresie pomiędzy
19 października 2020, a 13 grudnia 2020 roku.

Pierwsze zadania już były ale nadal masz szansę na poprawę swojego i swojej rodziny zdrowia a nawet na zdobycie nagrody proponowanej przez organizatorów.

Szczegółowy regulamin dostępny tu
<https://rodzinnaakcja.pzh.gov.pl/regulamin>

Trzymam kciuki, powodzenia!!!

Pozdrawiam Anna Węcłewska