SCENARIUSZ HEPPENINGU

„W zdrowym ciele zdrowy duch”



TEMAT: ZDROWY STYL ŻYCIA

**1.Wstęp**

a) Powitanie

b) Omówienie przebiegu happeningu

c) Przydział czynności, rozdanie rekwizytów (maty do ćwiczeń, plakaty, ulotki informacyjne itp.)

**3.Część główna**

a) ćwiczenia ze specjalnym gościem- Anną Lewandowską

b) konkurs na najlepszą, najzdrowszą sałatkę

c) pokaz tańca przez FreakShow

d) pogadanki z dietetykiem- możliwość dopasowania indywidualnej diety dla swojego organizmu

e)warsztaty zdrowego gotowania z Anią Starmach

f) pomiar ciśnienia krwi i wyliczanie BMI przez pracowników SANEPIDU

g) konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia, odżywianiu

**4.Część końcowa**

a) podsumowanie happeningu

b) rozdanie nagród

c)podziękowanie za udział w happeningu

**potrzebne rzeczy:**

kostiumy owoców i warzyw

maty do ćwiczeń

owoce i warzywa

produkty spożywcze( zdrowe)

stoiska ze zdrową żywnością

**osoby występujące:**

prowadzący

zespół taneczny FreakShow

Anna Starmach

Anna Lewandowska

Dietetyk z Natur Hause

**Informacje o happeningu można znaleźć:**

**- w lokalnej prasie,**

**- na stronie internetowej ciechanowinaczej,**

**-z rozwieszonych plakatów,**

**- z ulotek rozmieszczonych w różnych miejscach publicznych.**