



## Diseminacija eTwinning projekta „Zdrava hrana svakog dana” 28. svibnja 2022.

Medicinska škola Karlovac

- učenici 3 b razreda smjera medicinska sestra/medicinski tehničar
- mentorice projekta: Sanja Penić, prof.savj. i Marijana Lukšić Puljak dipl.med.techn.

## DAN OTVORENIH VRATA

SUBOTA, 28.05.2022., 10:00-13:00  
ANDRIJE HEBRANGA 9, KARLOVAC

DEGUSTACIJA  
DOMAĆIH  
PROIZVODA

I

BESPLATNO  
MJERENJE  
TLAKA, ŠEĆERA I  
SATURACIJE

SA GRUNTA DO STOLA U SURADNJI S  
MEDICINSKOM ŠKOLOM KARLOVAC



## 22. svibnja 2022.

- ostvarili smo suradnju s braniteljsko socijalno-radnom zadrugom "Sfera" iz Karlovca koja vodi prodavaonicu domaćih proizvoda "Od grunta do stola"
- <https://karlovacki.hr/prodavaonica-od-grunta-do-stola-organizira-dane-otvorenih-vrata/>



- zadruga se bavi uzgojem i prodajom voća i povrća
- u prodaji nude i proizvode hrvatskih OPG – ova



plakati na prodavaonici „Sfera” za diseminaciju našeg projekta

u prodavaonici...



- još treba provjeriti je li sve potrebno na stolu... ..





**ZDRAVA HRANA  
SVAKOG DANA**

**IME I PREZIME:**



**TLAK:**

**GUK:**

**SATURACIJA:**



**ZDRAVA HRANA SVAKOG DANA**



napravili smo kartice za evidenciju imena posjetitelja, te upisivanje vrijednosti tlaka, šećera u krvi i saturacije

## AKTIVNOSTI



- došli su i prvi posjetitelji i rado se odazvali akciji mjerenja tlaka, šećera u krvi, saturacije
- dobili su i savjete o zdravoj prehrani







**SASTOJCI ZA SIRUP OD MASLAČKA**

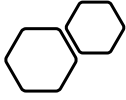
400 cvjetova maslačka  
4 limuna  
1,5 litara vruće vode  
3 kg šećera

**PRIPREMA SIRUPA OD MASLAČKA**

1. Uberite cvjetove maslačka pa ih prelijte vrućom vodom
2. Kuhajte na laganoj vatri pola sata
3. Procijedite tekućinu, dodajte još šećer pa kuhajte još pola sata
4. Dodajte sok od 4 cijedena limuna i kuhajte još pola sata
5. Vrući sirup prelijte u prethodno sterilizirane staklene boce ili staklenke i pažljivo zaklopite. Čuvajte na tamnom i hladnom mjestu taman do sljedeće sezone maslačka.



Kako napraviti sirup od maslačka ili frape od jagoda? Ove i druge korisne savjete i recepte dobili smo od Srednje škole Vrbovec (smjer kuhari)  
- letke smo podijelili posjetiteljima zadruge „Sfera”



- radimo i na prevenciji bolesti...
- jedan posjetitelj imao je izrazito povišenu vrijednost šećera u krvi, pa smo ga savjetovali da se obrati svom liječniku

- odlična atmosfera, neprocjenjiva vrijednost druženja i razmjene iskustva, ljubazni i susretljivi domaćini...





I za kraj...

Hvala svim sudionicima projekta  
„Zdrava hrana svakog dana“

Gledajte nas na lokalnoj televiziji  
Trend TV, u ponedjeljak u 20 i 15

Hranite se zdravo, živite zdravo!