

המזון הוא מרכיב מרכזי בחיינו  
ולו השפעה ישירה ועקיפה על  
בריאותנו ואורח חיינו.

# בוחרים מקומי ואוכלים בריא

## 15-21/7/12

מהיכן הוא מגיע? ממה מורכב? האם בריא לנו? ולסביבה שלנו? האם האוכל שאנו אוכלים יכול להיות גם טעים וגם בריא ואם אפשר שיהיה מבוסס על משאבים מקומיים, פחות מזהם, עונה על צרכים מקומיים, ושאינו פוגע בסביבה?

אנו במועצה שואפים להנחיל עקרונות וכלים מושכלים לאכילה נכונה השומרת על גופנו ובריאותנו תוך התבססות על המשאבים הקיימים בסביבתנו ושימוש במשאבים אלו לטובתנו ולטובת ילדנו!

**במטרה לקדם מהלך זה בכלל ישובי המועצה, נקיים שבוע של בישול, טעימות והרצאות בנושא:**

### ● "אוכל בריא כדרך חיים"

בהנחייתו של ד"ר אורי מאיר-ציזיק, ד"ר להיסטוריה של הרפואה והתזונה. יועץ תזונתי ומומחה לליקוט צמחי בר למאכל. במהלך השבוע יעביר אורי הרצאות מרתקות בישובי המועצה, בנוסף יבנה תנור אדמה בשיתוף הציבור

### ● סדנת פתיחה לקהל הרחב בנושא:

**"בישול בריא" ביום א' 15.7.2012 בשעה 18:00 בקדש ברנע**

### ● הרצאות וסדנאות:

| תאריך | סוג הפעולה              | מוזמנים                                 | מיקום                           | שעה         | בניית תנור אדמה בבית הנוער במדרשה |
|-------|-------------------------|---|---------------------------------|-------------|-----------------------------------|
| 15.7  | סדנת בישול              | כלל תושבי המועצה                        | קדש ברנע                        | 18:00       | 10:00-13:00                       |
| 16.7  | סדנת בישול              | רכות חינוך (מבשלת) פיתחת ניצנה ואשלים   | אשלים - בית פרטי                | 13:00       | 09:00-12:00                       |
|       | הרצאה להורים ולקהל הרחב | משאבי שדה, רביבים, טללים, רתמים, אשלים  | אולם רביבים                     | 20:30       |                                   |
| 17.7  | סדנת בישול              | רכות חינוך ומבשלות מדרשה ובסיס רמון     | מטבח מדרשה                      | 13:30       | 09:00-12:00                       |
|       | הרצאה להורים ולקהל הרחב | מדרשה, שדה בוקר, מרחב עם, בסיס רמון     | אולם בניין מגל (בה"ס צין) מדרשה | 20:30       |                                   |
| 18.7  | שעת ייעוץ- מראש בתיאום  | כלל תושבי המועצה                        | מועצה - מרפאה כללית             | 19:00-16:00 | 09:00-12:00                       |
|       | סדנת בישול              | מנהלי תחום מזון ורכוזות חינוך - קיבוצים | כמהין - בית פרטי                | 10:00       |                                   |
| 19.7  | סדנת בישול              | רכוזות חינוך ומבשלות רתמים ומרחב עם     | מטבח רתמים                      | 13:00       |                                   |
| 19.7  | הרצאה להורים ולקהל הרחב | כלל תושבי פיתחת ניצנה                   | מועדון קדש ברנע                 | 20:30       |                                   |

### למידע ופרטים נוספים:

עלית וייל-שפרן - מנהלת היחידה הסביבתית: 08-6564137 | 050-5621600 | alit@rng.org.il  
 מיכל פריאל - מנהלת גיל רך גנים: 050-5949376 | 08-6564166 | michalp@rng.org.il  
 דר' רותי ברגר - מרפאת היל"ה: 052-8339021 | ruti@docurel.net  
 ניתן גם להתעדכן באתר המועצה: www.ramat-negev.org.il

