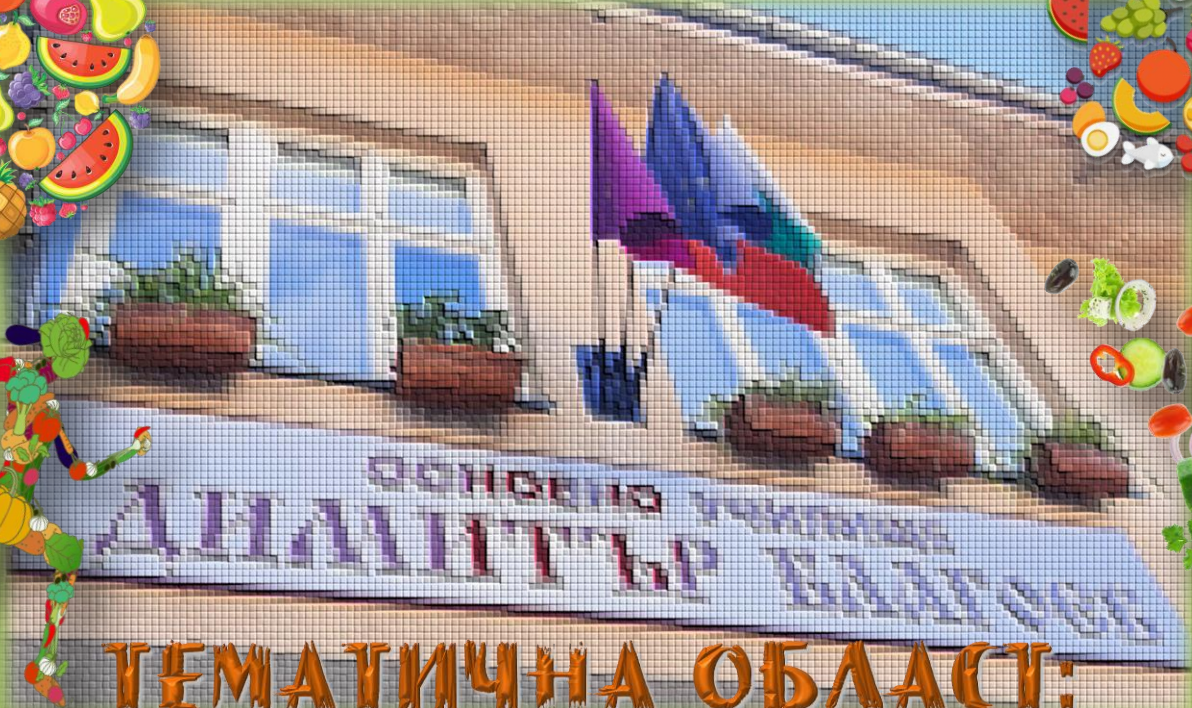




# Календар за 2023 година



## НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:

**ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ**

“Здравословно

хранене  
и спорт”



*Ръководител: Надя Владимирова  
Преподаватели: Силвия  
Николаева и Бранимир Кънчев*



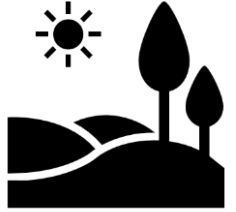


“Заравословно хранене и спорт”

# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗАРАВОСЛОВНО ХРАНЕНЕ И ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ  
Ходим активно и продуктивно!



## януари 2023

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
СЕДМИЦА							1
1	2	3	4	5	6	7	8
2	9	10	11	12	13	14	15
3	16	17	18	19	20	21	22
4	23	24	25	26	27	28	29
5	30	31					







# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.

ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНО И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ



«Здравословно хранене и спорт»

## февруари 2023

### Спортуваме редовно и се чувстваме върховно!

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
5			1	2	3	4	5
6	6	7	8	9	10	11	12
7	13	14	15	16	17	18	19
8	20	21	22	23	24	25	26
9	27	28					

© Calendarpedia®







Нови  
спортове  
усво-  
яваме!

НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ  
КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА  
ЗДРАВЕТО» 2022 Г.

март 2023

ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВЕСЛОВНО ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
9			1	2	3	4	5
10	6	7	8	9	10	11	12
11	13	14	15	16	17	18	19
12	20	21	22	23	24	25	26
13	27	28	29	30	31		

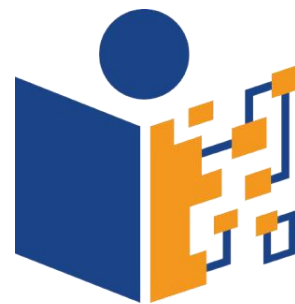
© Calendarpedia®





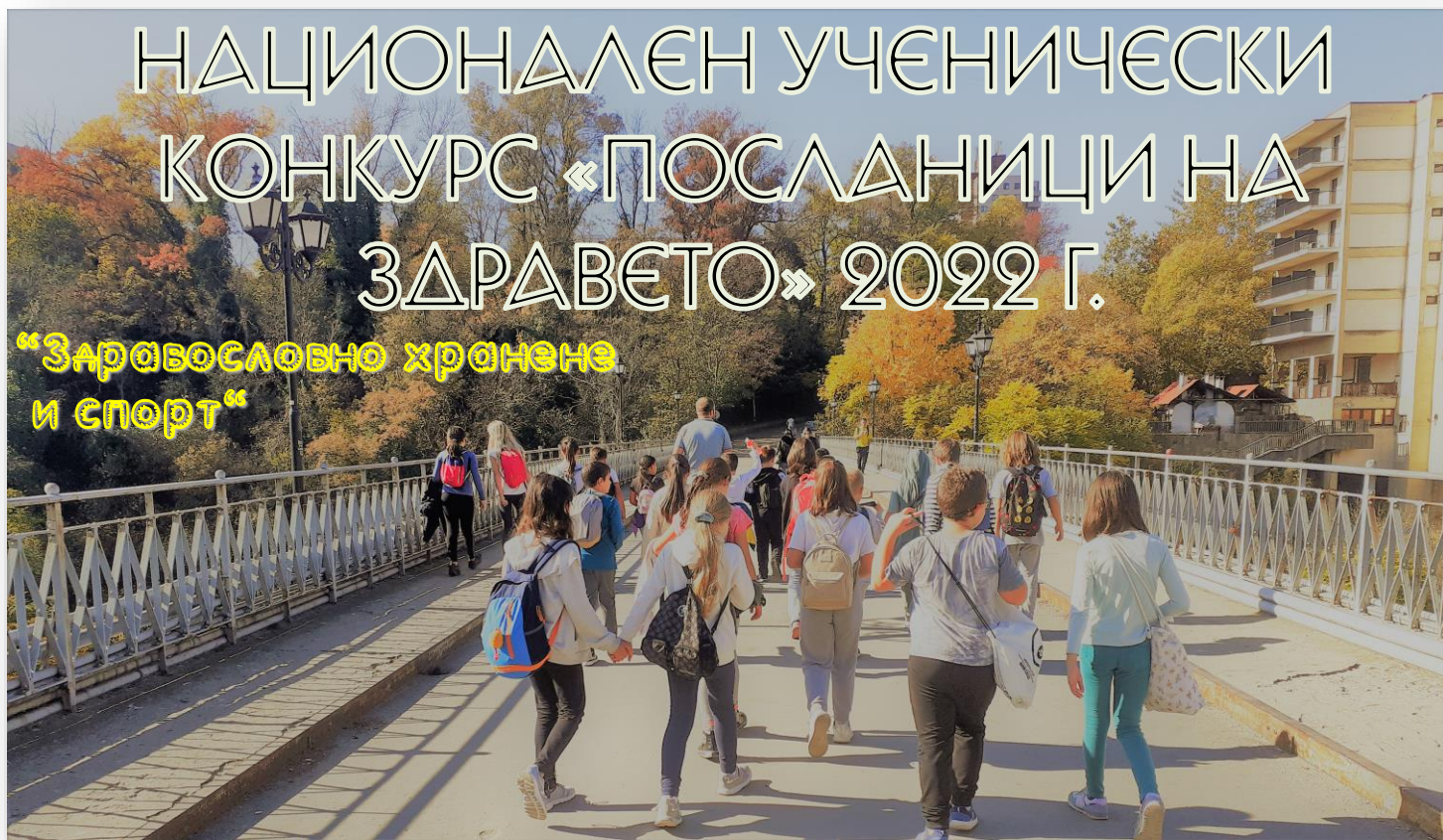


8000 крачки на ден  
и се чувствам възроден!



# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.

“Здравословно хранене  
и спорт”



**ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ**

*април* 2023

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
13						<b>1</b>	<b>2</b>
14	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
15	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
16	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
17	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>

© Calendarpedia®







Пролет, лято, есен, зима –  
движение и спорт все има!



# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



**ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНО  
И ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ**

“ЗДРАВΟΣЛОВНО  
хранене и спорт”

май 2023



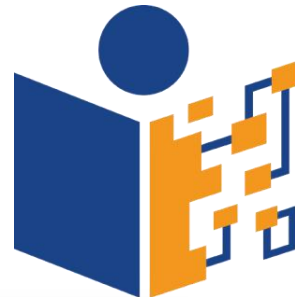
	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
18	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
19	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
20	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
21	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
22	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>				







Бързи, смели, сърчни –  
в надпревара,  
в игрите вечно сме под пара!



“Здравословно хранене  
и спорт”

ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ

юни 2023

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
22				1	2	3	4
23	5	6	7	8	9	10	11
24	12	13	14	15	16	17	18
25	19	20	21	22	23	24	25
26	26	27	28	29	30		



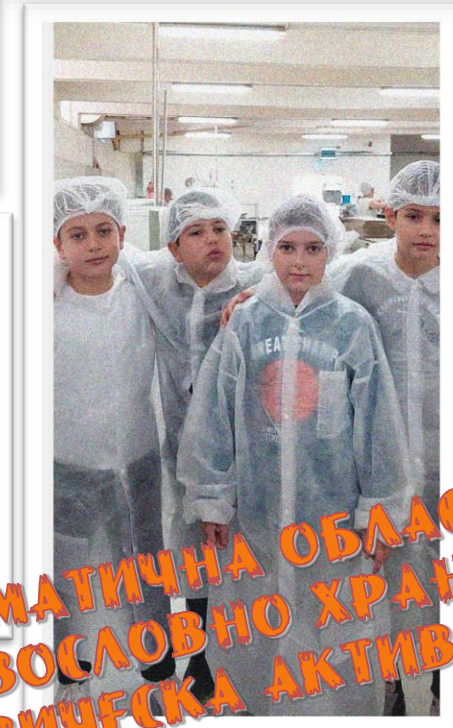
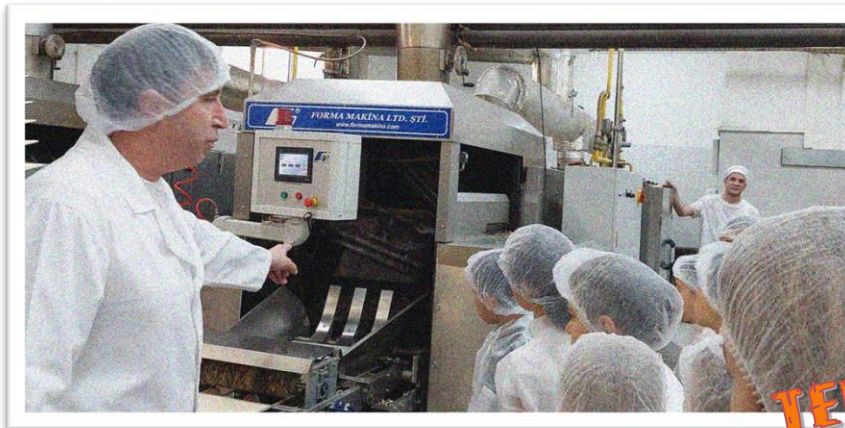




# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



«Здравословно хранене и спорт»



**ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ**

**юли 2023**

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
26						<b>1</b>	<b>2</b>
27	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
28	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
29	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
30	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
31	<b>31</b>						

© Calendarpedia®

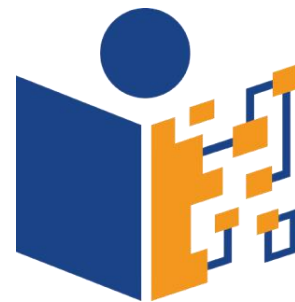
**За производство и технология на храната научавам,  
на здравословно хранене се наслаждавам!**







# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



**ТЕМАТИЧНА  
ОБЛАСТ:  
ЗДРАВОСЛОВНО  
ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА  
АКТИВНОСТ**



**август 2023**

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
31		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
32	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
33	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
34	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
35	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>			

© Calendarpedia®



**Приготвям вече храна: най-здравословна,  
за да мога на себе си и другите да помогна.**





# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



**ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ  
И ФИЗИЧЕСКА  
АКТИВНОСТ**  
**септември 2023**

„Сладолед„ в чушка  
2 червени и 2 зелени чушки –  
изчистени от семките и гръжките.  
Разрязваме ги на две равни части.  
Пълним ги с намачкано сирене –  
подправено с нарязан на ситно  
магданоз.

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
35					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
36	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
37	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
38	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
39	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	

© Calendarpedia®







# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



## октомври 2023

## ТЕМАТИЧНА ОБЛАСТ: ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ И ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
39							<b>1</b>
40	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
41	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
42	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
43	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
44	<b>30</b>	<b>31</b>					

© Calendarpedia®

Златна есен всички озари ни,  
със слънце, плодове и зеленчуци гари ни!







# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



**ТЕМАТИЧНА  
ОБЛАСТ:  
ЗДРАВΟΣЛОВНО  
ХРАНЕНЕ И  
ФИЗИЧЕСКА  
АКТИВНОСТ**



## ноември 2023

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
44			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
45	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
46	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
47	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
48	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>			

© Calendarpedia®

**От избата на баба и сърчните ръце на мама,  
всеки нещо си хареса за зимата – без грама.**







# НАЦИОНАЛЕН УЧЕНИЧЕСКИ КОНКУРС «ПОСЛАНИЦИ НА ЗДРАВЕТО» 2022 Г.



## декември 2023

	понеделник	вторник	сряда	четвъртък	петък	събота	неделя
48					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
49	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
50	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
51	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
52	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>



Ура, вече зная нещо полезно и чудесно – да спортувам и здравословно да хапвам – много е лесно!

