



Karjeras attīstības atbalsta pasākums „Uztura speciālista profesija”

Madonas pilsētas vidusskolā 4.decembrī notika karjeras attīstības atbalsta pasākums „Uztura speciālista profesija”, uz kuru tika aicināti visi 7.klašu skolēni. Bērniem bija iespēja tikties ar uztura speciālistēm Līvu Naudiņu– Saliņu un Baibu Bremmeri - Kalniņu no SIA „Foodtastic!”, šis uzņēmums apvieno uztura speciālistes, kuras vēlas ikvienam dot iespēju patiesi piedzīvot un izprast veselīga dzīvesveida nozīmi un galvenais – rast prieku katrā veselīgā izvēlē.



Pasākuma laikā:

- Skolēni iepazinās ar uztura speciālista profesiju – darba pienākumiem, darba dienas struktūru, darba apstākļiem, riskiem un grūtībām.
- Uzzināja par izglītības iespējām Latvijā un ārzemēs.
- Uztura speciālistes pastāstīja par savu karjeras ceļu un dalīsies zināšanās un prasmēs par veselīga dzīvesveida un uztura nozīmi katra cilvēka dzīvē.
- Skolēni praktiski iejutās uztura speciālista lomā, iesaistoties dažādās aktivitātēs un pagatavojot veselīgas uzkodas.



Skolēni uzklausa uztura speciālistes Baiba Bremmeres - Kalniņas karjeras un dzīves stāstu, kā arī ieteikumus veselīgākam dzīvesveidam.



Skolēni gatavo enerģijas bumbiņas kopā ar uztura speciālisti Līvu Naudiņu – Saliņu

Nodarbības noslēgumā skolēni dalījās ar saviem iespaidiem un atbildēja uz pāris jautājumiem:

1. Ko dara uztura speciālists?

Māca veselīgi dzīvot; vada bērniem nometnes, pieaugušajiem seminārus, viesojas skolās; palīdz cilvēkiem atbrīvoties no liekā ķermeņa svara; iesaka labu uzturu; māca veselīgi gatavot dažādus ēdienus; konsultē cilvēkus, kuriem ir veselības problēmas; izskaidro veselīgas dzīves nosacījumu; sniedz padomus.

2. Kas šīs profesijas pārstāvja ikdienā ir pozitīvs un viegls, kas grūts un sarežģīts?

Viegls un pozitīvs – var palīdzēt cilvēkiem; zina visu par veselīgu uzturu; pārzina daudzas receptes; var ceļot; pats zina, kā rūpēties par savu veselību.

Grūts un sarežģīts – ļoti daudz jāmacās, pašam visu laiku jābūt labā formā; daudz jābraukā; jāsaprotas ar dažādiem cilvēkiem.

3. Kas Tev īpaši patika, kas Tevi pārsteidza?

Uzzināju daudz ko par veselīgu uzturu un uztura speciālista profesiju; pārsteidza, ka ļoti labi garšo maizīte ar bumbieri, mocarellas sieru un bazilika pesto mērci; uzzināju, ka dienā jāizdzer vismaz 8 glāzes ūdens; iemācījos jaunus karstmaizīšu veidus; pārsteidz OnPlate šķīvis; uzzināju, ka Foodtastic! katru gadu paviesojas daudzās Latvijas vietās ar savām nodarbībām; pārsteidz tas, ka apēdot tik maz var justies paēdis; gribu vēl šādas nodarbības!

Pasākumā līdzdarbojās un savas zināšanas papildināja mājturības skolotāja un karjeras konsultante Kristīne Aizpurve