

PROFILAKTYKA W SZKOLE

Nasza szkoła od kilku lat uczestniczy w Ogólnopolskiej Kampanii „Postaw na rodzinę”. W pozytywny i otwarty sposób opowiadamy o wartościach rodzinnych. Realizacja kampanii jest łatwa i przyjemna. Prawdziwa więź z rodzicami to najsilniejszy środek i czynnik chroniący dzieci przed podejmowaniem ryzykownych zachowań - sięganiem po alkohol, narkotyki, dopalacze, czy chodzenie na wagary.

W kampanii organizowanej przy współpracy z Pełnomocnikiem ds. rozwiązywania problemów alkoholowych i narkomanii, proponujemy: ***bądź blisko swojego dziecka i wspieraj je w podejmowaniu mądrych wyborów, jasno określając swoje oczekiwania i wyznaczając granice.***

W materiałach skupiamy się na rozwijaniu u dzieci inteligencji emocjonalnej. Dzięki niej młodzi ludzie potrafią panować nad sobą i mówić „nie” w sytuacjach, gdy ktoś proponuje im alkohol lub dopalacze.

„Dobrze się rozumiemy!” - to hasło edycji 2016.

Profilaktyka zdrowotna jest procesem mającym na celu uczyć młodzież, jak dbać o zdrowie własne i innych ludzi. Dlatego przekazywanie wiedzy prozdrowotnej jest tak ważnym elementem edukacji szkolnej. Pozwala lepiej zrozumieć siebie i swoje otoczenie, a także rozwija umiejętności samooceny swojego zdrowia i samopoczucia. Dzięki nabywaniu wiedzy i umiejętności prozdrowotnych młodzież potrafi identyfikować swoje potrzeby i problemy zdrowotne oraz podejmować działania w celu ich rozwiązania. Skutecznie realizowanie programu profilaktyki zdrowotnej pozwoli w pełni wyposażyć uczniów w wiedzę dającą możliwość racjonalnych wyborów zdrowotnych w swoim życiu.

Profilaktyka ma na celu wzmocnienie prawidłowych nawyków i eliminowanie lub osłabianie czynników ryzyka. W działania profilaktyczne powinno być zaangażowane całe środowisko szkolne, a więc uczniowie, rodzice i nauczyciele.

Poniżej przedstawiamy zagadnienia objęte programem profilaktyki szkolnej, aby wspólnie chronić rozwój naszych dzieci przed zagrożeniami.

- **Racjonalne odżywianie**
 - Promowanie prawidłowej diety i przeciwdziałanie otyłości,
- **Profilaktyka uzależnień:**
 - Wpływ palenia tytoniu na organizm młodego człowieka,
 - Niebezpieczeństwo sięgania o substancje psychoaktywne (narkotyki i dopalacze),
 - Wpływ alkoholu na organizm młodego człowieka.
- **Profilaktyka chorób zakaźnych**
 - Choroby przenoszone drogą płciową - zapobieganie i leczenie. (HIV/AIDS)
- **Odpoczynek**
 - Bezpieczny wypoczynek podczas zabaw zimowych i letnich, Bezpieczne ferie.

Z materiałami dotyczącymi powyższych zagadnień będzie można się zapoznać
11.02.2016r.

Tekst: K. Męcik, P. Gajda, A. Paciej