

Program Antytytoniowej Edukacji Zdrowotnej "Bieg po zdrowie"

W roku szkolnym 2019/2020 nasz Ośrodek uczestniczył w Programie Antytytoniowej Edukacji Zdrowotnej "Bieg po zdrowie". Działania profilaktyczne kierowane były do uczniów klas IV Szkoły Podstawowej.

Głównym celem programu było zapobieganie paleniu papierosów wśród uczniów, zarówno obecnie, jak i w przyszłości, w ich dalszym życiu. Podczas realizacji warsztatów ukazywano atrakcyjność życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego oraz zwiększano wiedzę i umiejętności uczestników na temat zdrowia w kontekście szkodliwości palenia papierosów. Uczniowie poznali korzyści wynikające z niepalenia papierosów, co czyni to zjawisko mniej pożądanym i mniej akceptowanym. Zajęcia ukierunkowane były na kształtowanie postaw prozdrowotnych przeciwnych paleniu papierosów, uczenie się zachowań asertywnych, rozwijanie umiejętności radzenia sobie z trudnościami oraz wzmacnianie poczucia własnej wartości u uczniów.