

„TYDZIEŃ PROFILAKTYKI” W ZESPOLE SZKÓŁ EKONOMICZNYCH W STASZOWIE

Tydzień profilaktyki w naszej szkole to już tradycja. Od 17 do 21 kwietnia młodzież wzięła udział w szeregu działań, które nie tylko uczyły, jak dbać o zdrowie i środowisko oraz jak przeciwdziałać zachowaniom ryzykownym, ale również bawiły, kształciły relacje interpersonalne. Uczniowie wysłuchali wielu prelekcji: *„Rak to nie wyrok - Amazonki tego przykładem”*; *„Szkodliwy wpływ alkoholu, papierosów i napojów energetycznych”*; *„Profilaktyka uzależnień. Tytoń, alkohol, narkotyki”*; *„Wybierz życie - pierwszy krok” spotkanie w ramach profilaktyki nowotworu szyjki macicy (wirus HPV) - realizacja programu „Wybierz życie - pierwszy krok”*, po którym odbyły się konsultacje dla uczniów i nauczycieli. Wykłady zostały przeprowadzone przez pielęgniarkę szkolną panią Aleksandrę Snopek, położną ze Świętokrzyskiego Centrum Onkologii w Kielcach panią Katarzynę Majkę, specjalistkę z Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Staszowie panią Dorotę Wojnarowską, specjalistkę z Ośrodka Pomocy Społecznej w Staszowie panią Monikę Opałkę , a także przedstawicielki Stowarzyszenia Amazonek Ziemi Staszowskiej oraz pracownika Komendy Powiatowej Policji w Staszowie mł. asp. Alberta Januszewskiego.

Realizatorzy profilaktycznych treści stosowali metody problemowe, aby przekaz był atrakcyjny dla młodzieży. Ciekawą formą zdobywania wiedzy były warsztaty, podczas których wyjaśniano młodym ludziom różne zagadnienia, takie jak: granice psychologiczne w sieci, lęk i zamartwianie się u nastolatków, przemoc rówieśnicza, zdrowe odżywianie, profilaktyka nowotworowa, higiena głosu , segregacja odpadów.

Lekcje stanowiły uzupełnienie tych obszarów. Tematyka takich zajęć obejmowała następujące problemy: *Bezpieczeństwo w Internecie, Zero waste czyli jak nie wyrzucać? Jak radzić sobie ze stresem przed egzaminem zawodowym i maturą?, Escape room – zdrowy styl życia, Profilaktyka zdrowotna dieta, ruch, odpoczynek.*

Każdego dnia uczniowie mogli znaleźć dla siebie coś interesującego i miłego.

Cykl spotkań pod hasłem „Myślę pozytywnie, działam aktywnie, czyli pozytywne myślenie i samoakceptacja” cieszył się wielkim zainteresowaniem. Każdy mógł się sprawdzić w swojej ulubionej dyscyplinie sportowej. Jedni wybrali aerobik, przerwy taneczne, marsz nordic walking, natomiast inni turniej

szachowy. W tym roku zaskoczyła nas bardzo duża liczba uczniów biorących udział w II Turnieju Szachowym o Puchar Dyrektora Szkoły.

Uwagę młodych ludzi zwróciły zorganizowane w tym wyjątkowym czasie akcje i konkursy. Szczególnie konkurs *Zdrowa przekąska* oraz akcja *Kolorowy owoc na śniadanie*.

W działania profilaktyczne włączyła się również biblioteka szkolna, która przygotowała wystawę książek na temat ekologicznego trybu życia.

„Tydzień Profilaktyki” zakończył się wspólną zabawą, tzw. „kolorowym dniem”. W ostatni piątek w staszowskim EKONOMIKU „królował” kolor zielony. Każdy uczeń miał na sobie jakiś fragment garderoby w kolorze, który uspokaja i wprowadza równowagę, symbolizuje ekologię i dbałość o otaczającą nas przyrodę.

Koordinatorami zadania były Panie: Anna Łabęcka, Barbara Darowska i Kamila Szewczyk pod kierunkiem wicedyrektora mgr Ewy Judy.





Tekst: organizatorzy
Zdjęcia: N.K, J.S, B.Z.