

# Tydzień Profilaktyki

W dniach od 30 maja do 3 czerwca 2016r., w Gimnazjum w Staninie zorganizowano Tydzień Profilaktyki, w ramach którego wszyscy uczniowie i nauczyciele naszej szkoły mieli możliwość uczestniczenia w różnorodnych zajęciach i spotkaniach z zaproszonymi gośćmi. Uczniowie przygotowali wcześniej plakaty, ulotki, piosenki itp., które prezentowali podczas apelu rozpoczynającego kolejny dzień tygodnia. Wytwory uczniów zostały wyeksponowane na gazetce na szkolnym korytarzu.

Każdy dzień poświęcony był innej problematyce: używki, integracja z osobami niepełnosprawnymi, zdrowe odżywianie. Za realizację zadań w poszczególnych dniach odpowiedzialne były Panie: Beata Łazuga oraz Joanna Smyk.

W dniu rozpoczęcia Tygodnia Profilaktyki uczniowie przemaszerowali do miejscowego Ośrodka Zdrowia, gdzie wysłuchali lekarza Panią Elżbietę Konopka - Mularzuk, która przekazała informację na temat palenia papierosów. Następnie uczniowie klas pierwszych napisali krótki test sprawdzający znajomość zagadnień po realizacji programu antynikotynowego „Znajdź właściwe rozwiązanie”, natomiast klasy drugie i trzecie obejrzały film pt. „Nikotyna legalny narkotyk.”

Kolejnego dnia gościliśmy w naszej szkole członków Fundacji Akademii Integracji - reprezentantów kadry narodowej, wielokrotnych medalistów paraolimpijskich, Mistrzów Świata i Europy w szermierce. Przekazali oni uczniom informacje oparte na problemach i zagadnieniach związanych z życiem, aktywnością i rolą społeczną osób niepełnosprawnych.

W środę młodzież uczestniczyła w spotkaniu z osobą, która przez wiele lat była uzależniona od narkotyków. Pan Piotr mówił o niebezpieczeństwie jakie niesie za sobą zażywanie środków psychoaktywnych.

Kolejny dzień to spotkania w grupach z przedstawicielami różnych instytucji. Uczniowie klas drugich i trzecich spotkali się kuratorem zawodowym Panią Anną Mazur. Tematyka spotkania obejmowała zagadnienia dotyczące konsekwencji łamania prawa przez nieletnich, roli kuratora rodzinnego w tej dziedzinie, zachowań ryzykownych i niedopuszczalnych. Spotkanie z kuratorem z pewnością poszerzyło świadomość młodzieży na temat odpowiedzialnego postępowania wobec innych oraz konsekwencji w razie łamania norm i zasad społecznych.

„Odpowiedzialność prawna nieletnich” była tematem pogadanki, którą z uczniami klas pierwszych i trzecich gimnazjum przeprowadził Pan Andrzej Ostrowski - funkcjonariusz policji. Celem spotkania była profilaktyka zachowań ryzykownych i demoralizujących oraz respektowanie norm społecznych.

Uczniowie klas drugich i pierwszych uczestniczyli w zajęciach z pracownikiem Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Łukowie, na temat szkodliwości używania dopalaczy.

Ostatni dzień rozpoczął się wykładem przedstawiciela z Centrum Zdrowego Odżywiania Naturehouse w Łukowie. Pani dietetyk mówiła o odpowiednio zbilansowanej diecie, o prawidłowym sposobie

odżywiania oraz udzieliła wskazówek w jaki sposób prosto i szybko przygotować pełnowartościowe posiłki.

Ostatnim elementem Tygodnia Profilaktyki była Zielona Ścieżka Zdrowia, podczas której uczniowie na poszczególnych punktach wykonywali zadania podsumowujące całość zrealizowanych działań: uczestniczyli w konkurencjach sportowych, każda klasa pisała fragment opowiadania dla klas I - III szkoły podstawowej na temat Tygodnia Profilaktyki w Gimnazjum (całe opowiadanie w galerii zdjęć), przedstawiali wcześniej przygotowane scenki na temat „Użytkom mówię nie”, rozwiązywali krzyżówki, wykazywali się wiedzą na temat pierwszej pomocy.

Zwieńczeniem całego przedsięwzięcia był trening fitness, który poprowadziła Pani Karolina Kuryła - Instruktor Fitness oraz Trener Personalny.























