



ngo.pl / wiadomości / Ostrowiec Świętokrzyski. W zdrowym ciele zdrowy duch?

Ostrowiec Świętokrzyski. W zdrowym ciele zdrowy duch?

WIADOMOŚĆ ARCHIWALNA

ngo.pl na Facebooku

[Wolontariat zagraniczny](#)

Wartościowe projekty za granicą  
Dołącz do grona wolontariuszy.

[www.projects-abroad.pl](http://www.projects-abroad.pl)

## Ostrowiec Świętokrzyski. W zdrowym ciele zdrowy duch?

K. Rokita

**Stowarzyszenie na Rzecz Postępu Demokracji "Erwin", we współpracy z Liceami Ogólnokształcącymi nr 1, 2 i 4 w z powiatu ostrowieckiego, wdraża projekt „Akademia Świadomego Życia”. Projekt jest współfinansowany ze środków Ministerstwa Edukacji Narodowej. Głównym celem warsztatów dla młodzieży jest wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania świadomych wyborów dla poprawy własnego zdrowia.**

Na skutek systematycznej współpracy Stowarzyszenia z placówkami edukacyjnymi w powiecie ostrowieckim od pewnego czasu jego członkowie notowali alarmujące sygnały o skrajnej potrzebie edukacji zdrowotnej.

Jedną z przyczyn konieczności realizacji projektu z zakresu ww. zagadnień było i wciąż jest zjawisko tzw. eurosieroctwa (zgodnie z danymi Wydziału Edukacji Starostwa Powiatowego w Ostrowcu Św. aż 28% młodzieży to tzw. eurosieroty), które zmusza młodych ludzi do samodzielnego życia. Zaś zgodnie z badaniami Stowarzyszenia ponad 70% ankietowanych nie ma świadomości zdrowego odżywiania i utrzymania prawidłowej formy fizycznej. Bardzo częstym zjawiskiem było również wskazanie na brak śniadania w domu, a kupno po drodze do szkoły lodów, chipsów, coca-coli. Kolejnym groźnym zjawiskiem pozostaje wzrastająca liczba zachorowań na cukrzycę. Zgodnie z danymi ostrowieckich przychodni, nastąpił wzrost ryzyka zachorowań wśród młodzieży o ok. 10% w stosunku do poprzednich 5 lat.

Otóż zważywszy na poważy stan rzeczy, Stowarzyszenie przystąpiło do konkursu Ministerstwa Edukacji Narodowej z propozycją wdrażania projektu z zakresu edukacji prozdrowotnej, promowania zdrowego stylu życia, zdrowotnych walorów aktywności ruchowej oraz aktywizacji szkół w zakresie akcesji do Ogólnopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

- Głównym celem naszych działań, czyli m.in. warsztatów dla młodzieży, jest wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności niezbędne do podejmowania świadomych wyborów dla poprawy własnego zdrowia oraz tworzenia zdrowego i bezpiecznego środowiska fizycznego i kształtowania poczucia odpowiedzialności za zdrowie u każdej osoby, w rodzinie i społeczności lokalnej – opowiadają realizatorzy projektu.

Warto zaznaczyć, iż eksperci Stowarzyszenia opracowali specjalną broszurkę edukacyjną, promującą zdrowy i higieniczny tryb życia, którą uczestnicy projektu otrzymują bezpłatnie.

- Nie ominęliśmy również kwestii związanych ze stresem. Przecież stres to codzienny towarzysz zarówno dorosłych, jaki i młodzieży - dodaje A. Adamska, jedna z realizatorek projektu. – Sądzę, że każdy zdroworozsądkowy człowiek zdaje sobie sprawę jak negatywnie wpływa stres (nawet najbardziej krótkotrwały) m.in. na wyżywienie – nadmiar lub brak apetytu, problemy z trawieniem, wysoki albo bardzo niski poziom cukru itp.

Kolejnym celem projektu jest promocja programu „Szkoła promująca zdrowie”: Stowarzyszenie zorganizuje również dla nauczycieli szkolenia, celem m. in. przedstawienia zasad i procedur przystąpienia placówki oświatowej do Szkół Promujących Zdrowie, pokazania korzyści z uczestnictwa w programie itd. Pedagodzy zaś otrzymają dodatkowe materiały szkoleniowe przedstawiające koncepcje i zasady tworzenia Szkoły Promującej Zdrowie.

- Jest jeszcze jedna „niespodzianka” - dodaje M. Magakian, współautorka projektu. - Przy ścisłym udziale szkół, mediów, starostwa powiatowego oraz przedstawicieli MEN zostanie zorganizowana Debata dla uczniów i społeczności lokalnej pt. „Jaka metoda na zdrowie?”. Mamy nadzieję, iż debata zwiększy odbiór naszego projektu przez społeczność co najmniej naszego powiatu.

Jeśli Stowarzyszeniu uda się choć o 10% zmniejszyć odsetku młodych osób zagrożonych chorobami cywilizacyjnymi (nadciśnienie, cukrzyca itd.), można uważać, że zadanie zostało wykonane na 6+, bowiem bez realizacji proponowanego przedsięwzięcia sytuacja w powiecie nie rokuje szybkiej poprawy, m.in. zważywszy na fakt, iż około 23 tys. mieszkańców w skali roku otrzymuje wsparcie Banku Żywności. Niestety, świadomość konieczności zmian jest obecnie znikoma, żeby nie powiedzieć żadna.



**data publikacji:** 2011-11-29

**Uwaga!** Przedruk, kopiowanie, skracanie, wykorzystanie tekstów (lub ich fragmentów) publikowanych w portalu [www.ngo.pl](http://www.ngo.pl) w innych mediach lub w innych serwisach internetowych wymaga zgody Redakcji portalu!