

ZDROWA JA

Ministerstwo Zdrowia oraz Instytut Matki i Dziecka, w ramach Narodowego Programu Zdrowia realizuje projekt o nazwie „Ocena skuteczności interwencyjno-profilaktycznego programu poprawy zachowań zdrowotnych 15-letnich dziewcząt z wykorzystaniem techniki telemonitoringu” w skrócie ZDROWA JA. Projekt jest skierowany do 15-letnich dziewcząt uczęszczających do II klas szkół gimnazjalnych. Jego głównym celem jest ocena skuteczności programów profilaktycznych skierowanych do młodych osób i nacelowanych na poprawę ich zachowań zdrowotnych. W założeniu projekt ma się przyczynić do: wzrostu zainteresowania dziewcząt zdrowiem swoim oraz otoczenia; bieżącej poprawy aktywności fizycznej; ograniczenia zachowań sedentarnych (związanych z siedzącym trybem życia), tj. spędzania czasu przed komputerem lub telewizorem; poprawy zachowań żywieniowych; rezygnacji z zachowań ryzykownych tj. palenia papierosów, picia alkoholu, czy zażywania narkotyków oraz podniesienia ogólnej wiedzy dziewcząt w zakresie zdrowia. Projekt ma charakter innowacyjny: opaski monitorujące, które otrzymają uczestniczki projektu, to nie tylko narzędzia promujące zdrowie, ale również modny, technologicznie zaawansowany gadżet, który sprawi, że udział w projekcie będzie dla dziewcząt dobrą zabawą.

Z przyjemnością informujemy, iż nasza szkoła została wybrana do realizacji tego projektu. 25 dziewcząt z klas 2C i 2D naszego gimnazjum przez najbliższy rok będzie brało udział w tym badaniu. Wierzymy, że wzbogaci on ich wiedzę w zakresie zdrowia oraz znacząco przyczyni się do zmiany stylu życia oraz poprawy zachowań zdrowotnych młodzieży. W projekt aktywnie zaangażowani są nauczyciele p. Ewa Jaźwińska – wicedyrektor i pani Joanna Tousty – nauczyciel biologii oraz pani Anna Zarzeka - pielęgniarka szkolna, aby wspomóc dziewczęta w procesie uczenia się pozytywnych zachowań. Zmiany te będą inwestycją w ich zdrowie dziś i w przyszłości.