



PROJEKT „Zdrowie i uroda. Piękna Królowa – Piękna Księżniczka” w GMINIE WYSZKÓW

Dążąc do poprawy zdrowia oraz związanej z nim jakości życia mieszkańców, Gmina Wyszaków przystąpiła do konkursu ogłoszonego przez Fundację MSD dla Zdrowia Kobiet, na dofinansowanie projektów w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia kobiet w Polsce. W wyniku rozstrzygnięcia, projekt „Zdrowie i uroda. Piękna Królowa – Piękna Księżniczka” został pozytywnie zaopiniowany oraz objęty grantem finansowym.

Projekt w swoich założeniach adresowany jest do ogółu mieszkańców Gminy Wyszaków, jednak w szczególności do kobiet: począwszy od dziewcząt w gimnazjach a skończywszy na naszych babciach.

Pierwsze kroki w realizacji projektu już zostały podjęte. Gmina pozyskuje kolejnych partnerów akcji, tak aby projekt sięgał nie tylko grona lokalnych przedsiębiorstw, ale i wojewódzkich oraz ogólnopolskich organizacji związanych z profilaktyką prozdrowotną.

Jednym z obranych celów jest edukowanie już najmłodszych mieszkańców naszej Gminy, tak aby od dziecka zacząć nawyk dbania o zdrowie swoje i całej rodziny. Już w maju, w Przedszkolu Nr 7 oraz Przedszkolu Nr 9 rozpocznie się cykl zajęć z zakresu profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Zajęcia połączą profilaktykę z zabawą: poprzez mini wykłady przez prace manualne, retransmisję filmów po wspólne zajęcia z rodzicami i dziadkami.

Kolejny krok jest ukłonem w stronę mam – z okazji Dnia Matki odbędzie się piknik profilaktyczny. Podczas czterogodzinnego pikniku, matki ze swoimi córkami będą miały okazję skorzystać z bezpłatnych badań: mammograficznych, gęstości kości, pomiaru cukru we krwi czy ciśnienia tętniczego. Zapewnimy porady kosmetyczki i dermatologa. Postaramy się o jak największą liczbę stoisk medycznych i kosmetycznych, tak aby każda z kobiet, bez względu na wiek, znalazła coś ciekawego dla siebie. Dla najmłodszych zaś zorganizujemy kąciok do zabaw.

W trakcie ww. działań wydamy płytę CD, która mamy nadzieję trafi do jak najszerzego grona zainteresowanych. Na płycie zostaną zawarte podstawowe informacje z zakresu dbałości o zdrowie i urodę. Znajdą się również podstawowe informacje dotyczące profilaktyki chorób cywilizacyjnych.

Przy tym wszystkim przeprowadzona zostanie szeroko zakrojona akcja promocyjna projektu. Otrzymacie Panie zaproszenia na Piknik Profilaktyczny, spotkacie się z ulotkami i plakatami promującymi nasze działania. W prasie zaś, w cyklu artykułów „Kobieta w

Wyszkowie - Moje życie , Moje zdrowie” poznacie porady lokalnych lekarzy specjalistów na temat najczęściej spotykanych chorób cywilizacyjnych.

Kolejny raz spotkamy się podczas Rodzinnego Pikniku Profilaktycznego z okazji Dnia Dziecka. W bieżącym roku impreza ta, zostanie przeprowadzona pod hasłem: „Postaw na rodzinę!”. Rodzina jest najważniejszą komórką społeczeństwa, jednak jej fundamentem jest zdrowie. Zatem, wśród licznych atrakcji zabawowych, będziecie Państwo mieli okazję skorzystać z licznych porad zdrowotnych. Dla młodych mam zorganizowane zostanie stoisko pn.: „Wokół narodzin człowieka”, gdzie będzie można zdobyć porady dot. opieki nad noworodkami.

Ostatnim etapem projektu będą zajęcia wśród młodzieży szkół średnich. Zorganizujemy zajęcia z kosmologiem oraz psychologiem. Zachęcimy do dbałości o swoje zdrowie, zarówno te fizyczne jak i psychiczne. Pogadanki, bowiem, dotyczyć będą nie tylko profilaktyki nowotworowej, pielęgnacji cery ale i komunikacji, sposobów radzenia sobie ze stresem, pracy nad poczuciem własnej wartości oraz tematyki zaburzeń odżywiania.

Mamy nadzieję, iż uda nam się zwiększyć świadomość zagrożeń jakie niosą ze sobą choroby cywilizacyjne. Liczymy, że ułatwimy i zwiększymy dostęp do badań profilaktycznych, a przede wszystkim pomożemy w kształtowaniu nawyku dbałości o zdrowie i urodę.