



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

Gmina Wyszków realizując profilaktyczny program zdrowotny pt. „Piękna Królowa – Piękna Księżniczka” dofinansowany przez Fundację MSD dla Zdrowia Kobiet podejmuje kolejne działania promujące profilaktykę chorób cywilizacyjnych wśród kobiet.

W najbliższym czasie odbędą się zajęcia skierowane do dziewcząt z Zespołu Szkół Nr 3 w Wyszowie. Zajęcia oraz konsultacje indywidualne, dotyczyć będą profilaktyki nowotworowej, pielęgnacji cery, komunikacji, sposobów radzenia sobie ze stresem, pracy nad poczuciem własnej wartości oraz tematyki zaburzeń odżywiania. Dziewczęta zachęcane będą do dbałości o swoje zdrowie, zarówno te psychiczne, jak i fizyczne. Zajęcia prowadzić będą: psycholog, dermatolog, kosmetyczka, położna oraz instruktor fitness.



W październiku w prasie ukażą się artykuły specjalistów oraz jako bezpłatny dodatek do prasy płyta CD. Płyta zawierać będzie m.in. poradnik teleadresowy, kalkulator badań oraz liczne porady dot. profilaktyki otyłości, dbania o serce, prowadzenia zdrowego trybu życia.



Dotychczas w ramach projektu przeprowadzono zajęcia wśród przedszkolaków z Przedszkola Nr 7 oraz Przedszkola Nr 9 w Wyszowie. Zajęcia przebiegały pod hasłem „Moje Zdrowie”. Sześcioletki poznawały anatomię człowieka za pomocą pokazów, pogadanek, prac manualnych oraz filmu pt. „Było sobie życie”. Pokazywały, wyklejały i rysowały najważniejsze organy naszego ciała. Uczyły się znaczenia higieny jamy ustnej dla zdrowia i urody. Przedszkolaki dowiedziały się o „piramidzie zdrowia” i o tym, co należy jeść, by być zdrowym. Następnie same układały piramidę z wcześniej przygotowanych pomocy dydaktycznych. Podsumowaniem zajęć było samodzielne przygotowanie kanapek, sałatek owocowych i warzywnych z produktów przygotowanych przez rodziców. Przewodniczkami po zdrowiu i jednocześnie osobami, które przygotowały i prowadziły zajęcia były: pielęgniarka, Agnieszka Antoniak i położna, Bożena Robak. Dzieci chętnie angażowały się w zabawę i naukę. Zajęcia przebiegały w bardzo przyjaznej atmosferze, m. in. dzięki zaangażowaniu i dobrej organizacji ze strony dyrekcji przedszkoli jak również pań nauczycielek i pań pomagających. Dzieci otrzymały pamiątkowe upominki w postaci książeczek i tabliczek z numerami alarmowymi oraz dyplomy podpisane przez Burmistrza.

*Realizowane przy wsparciu finansowym
fundacji MSD dla Zdrowia Kobiet.*