

V TYDZIEŃ ZDROWIA W ZESPOLE SZKÓŁ ZAWODOWYCH I OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH W SUŁKOWICACH 12-16 GRUDNIA 2011r.

Hasło przewodnie tej edycji – „Profilaktyka inwestycją na przyszłość”

Zdrowie to jedna z najważniejszych rzeczy w życiu każdego z nas. Mówi się, że dopóki się go nie utraci nie doceni się go. Żyjemy jednak w świecie, w którym niesamowicie dużo wiemy na temat zdrowia a zwłaszcza czynników mu zagrażających. Dlaczego zatem niszczymy własne zdrowie na własne życzenie?

Mamy nadzieję, że program „Tygodnia zdrowia” dostarczy wam wiele powodów do tego aby właściwie zadbać o własne zdrowie, zmienić swoje antyzdrowotne nawyki i poznać zasady profilaktyki wielu współczesnych chorób.

Podczas tego tygodnia będzie prowadzona akcja plakatowa informująca o najważniejszych zagrożeniach, będą też prelekcje na temat współczesnych zagrożeń zdrowia oraz sposobów na zdrowy tryb życia. Uczniowie przygotowują sesję naukową dotyczącą zdrowia. W środę odbędzie się w naszej szkole także akcja honorowego krwiodawstwa. Do tych działań mogą włączyć się wszyscy bowiem przewidziane są dwa konkursy międzyklasowe.

Prelekcje profilaktyczne dotyczyć będą głównie chorób zakaźnych, AIDS, chorób nowotworowych i wad cewy nerwowej.

Podczas „Tygodnia zdrowia” będzie zwracana uwaga na zachowania prozdrowotne młodzieży w naszej szkole a wnioski z akcji zostaną przedstawione podczas najbliższego apelu.

Szczegółowych informacji udzielają p. Katarzyna Makuch i p. Barbara Bobeł

Informacje o konkursach:

Konkurs wiedzy o zdrowiu będzie miał charakter testu. Wymagana wiedza nie będzie wiedzą specjalistyczną ale taką jaką powinien posiadać każdy człowiek, któremu zależy na własnym zdrowiu.

Konkurs plakatowy - Karykatura powinna dotyczyć takich zachowań, które dostrzegacie w swoim środowisku na co dzień, a które mogą być przyczyną utraty zdrowia. Technika prac dowolna. Oceniana będzie pomysłowość zwłaszcza fakt czy praca rzuca się w oczy, wartość merytoryczna oraz estetyka wykonania. Plakat przygotować może każdy. Termin oddania prac to piątek 16. 12. lekcja 7. Pomocą w wybraniu tematu będą rozwieszane po szkole „Kodeksy higienicznego trybu życia”. Łatwiej będzie zauważyć zachowania antyzdrowotne, czyli po prostu łamanie tego Kodeksu.

ZAGADNIENIA DO KONKURSU WIEDZY O ZDROWIU

- podstawowe informacje umieszczone na plakatach profilaktycznych rozwieszonych w szkole
- podstawowe zagadnienia dotyczące profilaktyki następujących chorób: wzw typu ABC, AIDS, cukrzyca, choroby serca i układu krążenia, choroby związane z nieprawidłowym żywieniem, choroby nowotworowe, najczęstsze i groźne choroby zakaźne np.: grypa
- witaminy i inne składniki pożywienia korzystne dla zdrowia
- piramida żywienia
- zachowania zwiększające ryzyko chorób: korzystanie z solarium, palenie tytoniu