

Nasza szkoła od sześciu już lat należy do **Małopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie**. Treści prozdrowotne pojawiają się nie tylko na lekcjach biologii i wychowania fizycznego, ale realizujemy i przygotowujemy projekty i przedsięwzięcia dotyczące prawidłowego odżywiania, zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania czasu. Działania nasze kierujemy w stronę profilaktyki uzależnień i chorób z nimi związanych. Uczymy, jak bilansować naszą dietę, aby zawierała niezbędne składniki pokarmowe, by dostarczać witaminy i mikroelementy niezbędne do zachowania zdrowia, rozwoju i funkcjonowania młodego organizmu.

3grudnia 2010 roku w PG w Radłowie odbyła się prezentacja projektu realizowanego pod kierunkiem p. L. Janickiej przez Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia. Motywem przewodnim spotkania była popularyzacja zaleceń **Europejskiego Kodeksu Walki z Rakim**. Młodzież klas trzecich przygotowała program profilaktyczny dotyczący walki z alkoholizmem, nikotyną i dopalaczami, jak również promocji zdrowia i aktywności fizycznej pt. „**Czerwony Kapturek kilka lat później**”. W programie przypomniano również kilka znanych utworów m.in. wiersz *Na straganie*, czy satyrę *Pijaństwo*. Przedstawiona prezentacja multimedialna, przygotowana przez uczniów z kl. IIb D. Bajorka, Ł. Kuklewicza, D. Jurka i J. Pajdo, zawierała opis działań związanych z realizacją idei Europejskiego Kodeksu Walki z Rakim. Działania w kierunku profilaktyki zdrowotnej polegające na kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych oraz upowszechnianiu aktywności ruchowej jako fundamentalnej podstawy zachowania zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego stały się tradycją w społeczności gimnazjalnej. Przy ogromnym wsparciu rodziców, jak również samych uczniów zorganizowany został szwedzki stół ze zdrową żywnością. Smakowicie prezentujące się kolorowe koreczki owocowe, warzywne i pachnące domowe wypieki oraz soki i jogurty pozbawione jakichkolwiek chemicznych dodatków oznaczanych tajemniczym symbolem E, tłumnie przyciągały gimnazjalistów i zaproszonych gości na degustację. W jej trakcie rozdawano materiały edukacyjne dotyczące etiologii chorób nowotworowych, ich związku z niewłaściwymi nawykami żywieniowymi, brakiem aktywności ruchowej i lekceważeniem badań profilaktycznych. Dopelnienie edukacji stanowiły: gazetka Trzymaj formę, piramida żywieniowa, a także plakaty uczniowskie mówiące o skutkach picia alkoholu oraz palenia tytoniu. Afirmacja zdrowia i aktywności fizycznej wpływającej na jakość naszego życia znalazły swój wydzźwięk również w piosenkach i tekstach scenariusza prezentowanych przez uczniów. Przedstawiony program przyciągał uwagę adresatów, zmuszał do refleksji i weryfikacji dotychczasowego stylu życia niejednokrotnie kłóącego się z założeniami profilaktyki prozdrowotnej. Pamiętajmy że na każdym z nas spoczywa odpowiedzialność za zdrowie cudze i własne. W naszej szkole wspólnie z rodzicami staramy się tej odpowiedzialności uczyć. Cieszy fakt, że rodzice z takim zaangażowaniem uczestniczą w realizowanych przez szkołę przedsięwzięciach.

Szkolny Zespół ds. Promocji Zdrowia w składzie: mgr J. Delung, mgr G. Dulian,

mgr L. Janicka, mgr R. Kijak, mgr Ł. Stawarz