



Co roku 7 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Zdrowia. Celem jest zwrócenie szczególnej uwagi na najbardziej palące i zaniedbane problemy zdrowotne społeczeństw na świecie. W 2016 roku ten dzień poświęcony był cukrzycy. Bardzo ważne jest posiadanie wiedzy o tym, jak można zminimalizować ryzyko wystąpienia choroby, a także o sposobach jej wykrywania i leczenia.

W naszej szkole propagujemy zdrowy tryb życia poprzez różne działania. Staramy się angażować jak największą liczbę uczniów, nauczycieli i rodziców i to nam się udaje. W tym roku zorganizowaliśmy w gimnazjum 7 kwietnia „Dzień Promocji Zdrowia”, na który zaprosiliśmy Panią Magdalenę Balcerek- Ratajczak z Państwowego Inspektoratu Sanitarnego z Nowego Tomysła, Wiceburmistrza Pana Marka Orzechowskiego oraz całą społeczność uczniowską i nauczycieli. Pani Magdalena Balcerek- Ratajczak przedstawiła uczestnikom prezentację na temat zapobiegania cukrzycy, pokazała jak działa glukometr i zachęcała do profilaktyki. Były to dla nas bardzo cenne wskazówki i informację na temat choroby, która ostatnio bardzo mocno rozpowszechniła się na świecie, zarówno wśród dorosłych jak i dzieci.

Światowy Dzień Zdrowia rozpoczyna w szkołach Miesiąc Zdrowia. W tym okresie kładziemy nacisk na promocję zdrowego stylu życia oraz na motywację młodych ludzi do podejmowania zachowań, które sprzyjają zdrowiu. Jest to dobra okazja do podsumowania realizowanych programów i akcji prozdrowotnych na terenie placówki. Cieszymy się, że nasza młodzież jest tak kreatywna w działaniach prozdrowotnych. Efekty niektórych projektów edukacyjnych poświęconych tej tematyce mogliśmy podczas obchodów tego dnia zobaczyć. Uczennice - Alicja Domagała, Maria Nowaczyk i Oliwia Goździewicz podzieliły się z nami wiedzą na temat wzmacniania naszej odporności, natomiast uczennice Kornelia Wróbel, Klaudia Strażyńska oraz Wanessa Laskowska nakręciły i pokazały nam krótki film poświęcony tematyce- „Jak zdrowo żyć”.

Młodzież mogła też podziwiać wystawę różnych plakatów i innych prac plastycznych na temat profilaktyki przeciwnowotworowej, cukrzycy i chorób serca wykonanych przez naszych uczniów z różnych klas. Wiele z nich jest bardzo przekonujących i wymownych w swojej treści. Koordynatorem tych działań była Pani Maria Jankowiak oraz Pani Joanna Gruszczyńska.

W tym roku rozszerzyliśmy tematykę obchodów Dnia Promocji Zdrowia o działania związane z profilaktyką uzależnień oraz pierwszą pomoc. Są to bardzo ważne tematy związane z naszym zdrowiem. Uczniowie naszej szkoły odbyli kurs pierwszej pomocy. W rolę wykładowcy wcielił się Eryk Lekki i Grzegorz Piątek. Trzecioklasiści krok po kroku objaśnili kiedy i jak udzielać

pierwszej pomocy, abyśmy mogli w rzeczywistej sytuacji odpowiednio zareagować. Po krótkim wstępie, oraz przedstawieniu kwestii czysto teoretycznych, przeszli „do działania”. Pokazali i wyjaśnili po kolei jak udzielić pomocy w poszczególnych sytuacjach, od utraty przytomności przez złamania i poparzenia, aż do udzielenia pomocy krztuszącemu się dziecku. Uświadomili nam również jak ważne jest to, czy udzielimy pierwszej pomocy, ponieważ może od tego zależeć czyjeś życie. Natomiast w sytuacji gdy nie jesteśmy w stanie pomóc lub nawet podejmujemy działania mające przywrócić poszkodowanemu przytomność, przypomnieli jak ważny jest wówczas telefon pod numer alarmowy. Dowiedzieliśmy się też, jak ważne jest to, aby działać szybko i zdecydowanie. Właściwie decydującą rolę w możliwości przeżycia poszkodowanego odgrywa tempo i sprawność w udzielaniu pierwszej pomocy. Jeśli chodzi o czas, kluczowe są pierwsze cztery minuty, ponieważ wtedy komórki nie zaczną jeszcze ginąć. Udzielenie pierwszej pomocy zostało bardzo jasno, a zarazem szczegółowo przedstawione na fantomach. Przez co być może, ktoś z nas ośmielił się udzielić pomocy, ratując tym samym życie drugiego człowieka. Całe przedsięwzięcie było świetnie zorganizowane. Wszyscy przyglądali się z zaciekawieniem, za co dziękujemy pani Magdalenie Lehmann oraz pani Marcie Zielińskiej, pod których okiem odbył się cały kurs. Dziękujemy też naszym wykładowcom za staranne przygotowanie, którego efekt był widoczny na tej ciekawej lekcji. A do uczniów apelujemy, aby nie lekceważyli tego ważnego tematu, ponieważ w sytuacji zagrożenia życia pierwszej pomocy będziemy mogli udzielić również naszym najbliższym.

Wiemy, jak ważna jest edukacja prozdrowotna prowadzona od najmłodszych lat, bo tylko w ten sposób jesteśmy w stanie zapobiec chorobom i uzależnieniom, które stały się złą złą dzisiejszego świata.

Dziękujemy Radzie Rodziców, która z okazji Dnia Promocji Zdrowia zafundowała wszystkim uczniom i nauczycielom jabłko, jak również Dyrekcji, która włączyła się aktywnie w organizację tego wydarzenia.

Pamiętamy, iż zgodnie z przysłowiem „Zdrowego leczyć nie trzeba” należy często przypominać o profilaktyce chorób. Zachęcamy wszystkich do dbałości o swoje zdrowie, bez względu na wiek.

{gallery}galeria/zdrowia_2016{/gallery}