



#ŻyjDobrze

*Szanowni Dyrektorzy, drodzy Nauczyciele!*

Z ogromną przyjemnością przekazuję Państwu do realizacji program edukacyjny w zakresie zdrowego stylu życia #ŻyjDobrze.

Ideą programu jest uświadomienie i przypomnienie, że mamy wpływ na nasze zdrowie, a wybory dokonywane każdego dnia warunkują jakość naszego życia. Epidemia koronawirusa SARS-CoV-2 pokazała skalę braku wiedzy w zakresie podstawowych zachowań prozdrowotnych, takich jak na przykład higiena rąk. Dlatego też w treściach programowych uwzględniona została fundamentalna wiedza w zakresie higieny, zdrowego żywienia, znaczenia aktywności fizycznej i profilaktyki oraz poruszone zostały wybrane aspekty zdrowia psychicznego.

Program ten umożliwia dostęp do rzetelnej wiedzy. Przygotowany został przez ekspertów z Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Warszawie w oparciu o wyniki najnowszych badań naukowych.

Wychodząc z założenia, że komunikacja międzypokoleniowa jest istotnym elementem edukacji zdrowotnej, działania programowe skierowane są do całej społeczności szkolnej: uczniów, rodziców i opiekunów, a także kadry pedagogicznej.

Udział w programie jest bezpłatny. Deklarację uczestnictwa należy zgłosić do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, na terenie której znajduje się Państwa placówka. Przystępując do programu, otrzymają Państwo dostęp do materiałów edukacyjnych oraz wsparcie koordynatora z Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.

Materiały edukacyjne zostały przygotowane w atrakcyjnej formie, dając możliwość realizacji programu również podczas nauki zdalnej.

Mam wielką nadzieję, że program #ŻyjDobrze spotka się z Państwa zainteresowaniem, a dzięki zaangażowaniu koordynatorów i realizatorów w działania edukacyjne, przyczyni się do kształtowania właściwych zachowań prozdrowotnych młodzieży i osób dorosłych w zakresie zdrowego stylu życia.

Serdecznie zapraszam Państwa do współpracy i życzę wielu sukcesów w realizacji programu.

Mazowiecki Państwowy  
Wojewódzki Inspektor Sanitarny

Magdalena Kaczmarek

