



UNIUNEA EUROPEANĂ



Fondul Social European

Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Titlul proiectului: Servicii integrate destinate comunităților teritoriului GAL Siretul Verde

Cod SMIS 124793

Beneficiar: Asociația Voluntariat Pentru Viață

Parteneri: Comuna Biliiești-Jud. Vrancea, Comuna Suraia-Jud. Vrancea, Comuna Movileni-Jud. Galați.

Activitatea A5.2 Desfășurarea de acțiuni de implicare activă și voluntariat

RAPORT CAMPANIA "STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS"

Perioada: septembrie – octombrie 2022

Locația: Comuna Biliiești, Jud. Vrancea, Comuna Suraia, Jud. Vrancea, Comuna Movileni, Jud. Galați

Descrierea activității:

În perioada septembrie – octombrie 2022 s-a desfășurat Campania "Stil de viață sănătos" în Comunele Biliiești, Jud. Vrancea, Suraia, Jud. Vrancea și Movileni, Jud. Galați, campanie inițiată de Asociația Voluntariat Pentru Viață împreună cu experții campanii voluntariat și membrii grupurilor de inițiativă locală din cele trei comune.

Campania "Stil de viață sănătos" a fost una din acțiunile de implicare activă și voluntariat desfășurate în cadrul proiectului "Servicii integrate destinate comunităților teritoriului GAL Siretul Verde" – Activitatea A5.2 și a avut ca obiectiv principal informarea, conștientizarea și sensibilizarea comunității școlare și locale cu privire la o alimentație sănătoasă.

Educația pentru sănătate în școli a devenit o componentă esențială a educației, iar campaniile de dezvoltare comunitară pe tema educației pentru sănătate au rolul de a contribui la educarea cetățenilor, ca mijloc de dezvoltare a cunoștințelor și schimbarea comportamentului într-un stil de viață sănătos. Obiceiurile alimentare se formează în copilărie și durează toată viața, de aceea este important să intervenim cât mai repede în comunitate. Promovarea sănătății este una din principalele responsabilități ale școlii în vederea educării elevilor pentru un stil de viață sănătos.

Dat fiind faptul că pentru copii conceptul de nutriție este unul abstract, cadrele didactice, alături de echipa de proiect, au încercat să-i facă pe copiii să trăiască experiențe plăcute, interactive și educative în legătură cu alimentația sănătoasă și cu activitățile fizice, pentru a învăța cum să trăiască sănătos.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Astfel, în luna octombrie elevii de la Școala Gimnazială Biliești, Școala Gimnazială Suraia și Școala Gimnazială "Alexei Mateevici" Movileni au participat la ore deschise pe tema "Alimentația sănătoasă".

Informațiile transmise au fost preponderent prin joc și prin descoperire. Elevii au avut parte de activități educative în care s-au prezentat noțiuni generale de nutriție, informații despre procesul de digestie, alimentele, varietatea lor și importanța pentru sănătate, vitamine, igienă, exerciții fizice etc., jocuri de rol, jocuri tip ghicitori. Copiii au realizat planșe de desen cu legumele și fructele preferate, prezentări despre alimentația sănătoasă, dar și rețete culinare cu ingrediente sănătoase. Pentru a înțelege logic relația de cauzalitate dintre nutriție și starea generală de sănătate, copiii au fost implicați într-o competiție de cunoaștere "Ce știm despre alimentația sănătoasă" care le-a stimulat curiozitatea și prin intermediul căreia le-au fost explicate informații despre nutriție.

Campania "Stil de viață sănătos" a fost sprijinită de colaboratorii noștri: Școala Gimnazială Biliești, Școala Gimnazială Suraia, Școala Gimnazială "Alexei Mateevici" Movileni, Primăria comunei Biliești, Primăria comunei Suraia, Primăria comunei Movileni.

Rezultate

Ca urmare a derulării campaniei, comunitatea școlară este mai informată cu privire la principiile de bază ale unei nutriții corecte și a devenit mai conștientă de problema alimentației sănătoase și de măsurile necesare adoptării unui stil de viață sănătos. Participanții și-au dezvoltat deprinderi specifice lucrului în echipă și sunt capabili să identifice categoriile de alimente necesare pentru o dietă sănătoasă conform piramidei alimentare.

Prin participarea la activitățile din cadrul campaniei, elevii au deprins abilități necesare pentru optimizarea sănătoasă a stilului lor de viață și comportamente menite să-i ajute să se dezvolte armonios și să rămână sănătoși pe parcursul vieții, iar cadrele didactice le-au format elevilor sentimente și emoții pozitive privind desfășurarea unei vieți sănătoase.

Responsabil activități implicare activă și voluntariat,

Tuchiluş Cristina