

Weź udział w II edycji projektu „Świadomość procentuje”

Weź udział w II edycji projektu „Świadomość procentuje”

2022-02-11, Piątek



W marcu 2022 r. rusza II edycja projektu „Świadomość procentuje”. Jego celem jest edukowanie nowego pokolenia w tematyce zdrowotnej w sposób kompleksowy, obejmujący i ciało i emocje. Młodzi ludzie uczą się nie tylko w szkole i na zajęciach, ale głównie obserwując rodziców, autorytety i otaczającą ich codzienność. Dlatego celem programu jest dotarcie do wielu pokoleń, aby treści były obecne nie tylko w zeszycie, ale i w prawdziwym życiu.

Program dedykowany jest dla:

- rodziców, opiekunów, nauczycieli,
- młodzieży w szkole średniej,
- młodzieży w klasach 5-8,
- dzieci w wieku 6-10 lat.

Projekt będzie trwał trzy miesiące i jest podzielony na trzy równe segmenty. Każdy miesiąc skupiony będzie na jednym obszarze działania, aby wprowadzać wiedzę w sposób stopniowy i systematyczny.

Z uwagi na panującą sytuację pandemiczną, prowadzony będzie w formie online.

Słuchacze programu będą mogli dowiedzieć się jak m.in.:

- być autorytetem jako rodzic czy nauczyciel,
- być otwartym na zmiany w edukacji i wychowaniu,
- być samodzielnym w dorosłym życiu,
- świadomość oddechu i własnego ciała,
- podejmować decyzje,
- jak pokonywać bariery,

- jak budować nawyki na całe życie,
- stres w kontekście otyłości.

Program dotyczy również nawyków prozdrowotnych związanych z odżywianiem i aktywnością fizyczną.

Do programu będzie można się zapisać indywidualnie lub za pośrednictwem placówki szkolnej, która przystąpi do programu.

Zapisy trwają tylko do 28 lutego 2022 r.

Udział w programie jest całkowicie bezpłatny!

Gorąco zachęcamy do udziału w programie „Świadomość procentuje”.

Więcej informacji wraz z opiniami uczestników poprzedniej kampanii oraz zapisy do II edycji znajdują się na stronie: <https://whlf.eu/about/our-mission/consciousness-percentages?lang=pl>

[wszystkie](#)