

29 listopada 2018



Aktywni i Zdrowi! Warsztaty edukacyjne

W ramach realizacji zadania pt. „Wspieranie działań promujących kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych, w tym żywieniowych i aktywności fizycznej mieszkańców województwa świętokrzyskiego - zadanie nr 1” Stowarzyszenie Ostrower zrealizowało projekt pn. „Aktywni i Zdrowi! Warsztaty edukacyjne”.

Głównym zamierzeniem projektu była promocja właściwych nawyków zdrowotnych. W ramach zadania przeprowadzono warsztaty edukacyjne z zakresu promocji właściwych nawyków zdrowotnych wśród dzieci i młodzieży w 16 szkołach na terenie województwa świętokrzyskiego. Poprzez udział w warsztatach uczniowie nabyli wiedzę z zakresu właściwych nawyków zdrowotnych oraz zdrowego odżywiania, zostali zachęcani do zwiększenia swojej aktywności fizycznej, a także zapoznali się z różnymi formami spędzania wolnego czasu i wpływu aktywności fizycznej na stan zdrowia.

W ramach projektu przekazano wiedzę na temat sposobów walki z otyłością i nadwagą, zwiększono świadomość uczestników warsztatów odnośnie związku między sposobem żywienia a zdrowiem oraz rozdyskrebowano materiały edukacyjne. W warsztatach wzięło udział 702 osoby.