



Promocja zdrowia

Co robić aby jak najdłużej zachować siły i cieszyć się dobrym samopoczuciem? Odpowiedź nasuwa się sama: zdrowo żyć! Tryb życia jest najważniejszym z czynników decydujących o stanie naszego zdrowia. Dlatego właśnie edukacja prozdrowotna - objęta międzynarodową strategią Ruchu Czerwonokrzyńskiego oraz założeniami Narodowego Programu Zdrowia (1996-2005) - jest nieprzerwanie jednym z najistotniejszych celów statutowych PCK.

Działania skupiają się na promocji zdrowego stylu życia: promowaniu higieny osobistej, zasad racjonalnego odżywiania i aktywności ruchowej, zapobieganiu uzależnieniom oraz chorobom zakaźnym (w tym AIDS), a także nauczaniu zasad udzielania pierwszej pomocy.

Każdego roku przeprowadzamy akcje przypominające o ZDROWYM STYLU ŻYCIA. Uczymy jak budować środowisko życia i nauki sprzyjające zdrowiu. Kładziemy bowiem nacisk na pobudzające aktywność metody: konkursy, happeningi, festyny, turnieje, pogadanki, degustacje itp. W ten sposób promujemy ZDROWY STYL ŻYCIA. Organizujemy również spotkania z lekarzem, psychologiem i kosmetyczką.