

Promocja zdrowia

DRODZY RODZICE!

Nasze przedszkole 1 września 2021 r. przystąpiło do programu
Przedszkole Promujące Zdrowie.
Rozpoczęliśmy okres przygotowawczy do przystąpienia do
Wojewódzkiej Sieci Przedszkoli Promujących Zdrowie.

Co to jest promocja zdrowia?

Promocja zdrowia jest nową, rozwijaną na świecie od lat 80. XX w., strategią działań dla umocnienia zdrowia ludzi – jednostek i społeczności. W 1986 r., w Karcie Ottawskiej Promocji Zdrowia – podstawowym dokumencie w tej dziedzinie – promocję zdrowia zdefiniowano jako **proces umożliwiający ludziom zwiększenie kontroli nad własnym zdrowiem i jego poprawę**. Najbliższe tej definicji jest nieco zmodyfikowane znane hasło: **Nasze zdrowie w naszych rękach**. Oznacza ono, że ludzie – jednostki i społeczności – mogą i powinni podejmować działania w zakresie zapobiegania chorobom oraz poprawy i wzmacniania swojego zdrowia.

Program Przedszkole Promujące Zdrowie (PPZ) ma na celu **promowanie zdrowego stylu życia poprzez zachęcanie do większej aktywności fizycznej oraz propagowanie prawidłowych nawyków żywieniowych**. Dzięki temu dzieci z naszego przedszkola i ich rodziny będą cieszyły się lepszą kondycją fizyczną oraz stanem zdrowia. Przez cały rok szkolny będziemy podejmować szereg inicjatyw aby uświadamiać znaczenie zdrowego stylu życia, które będzie owocować w przyszłości.