

Informujemy, iż w celu optymalizacji treści dostępnych w naszym serwisie i dostosowania ich do Państwa indywidualnych potrzeb korzystamy z informacji zapisanych za pomocą plików cookies na urządzeniach końcowych użytkowników. Pliki cookies użytkownik może kontrolować za pomocą ustawień swojej przeglądarki internetowej. Dalsze korzystanie z naszego serwisu internetowego bez zmiany ustawień przeglądarki internetowej oznacza, iż użytkownik akceptuje stosowanie plików cookies.

[Akceptuję](#)

Projekt „Mam wpływ na dobrostan”

Nasza szkoła bierze udział w projekcie „**Mam wpływ na dobrostan**”, realizowanym przez **Fundację Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku**. Celem przedsięwzięcia jest wspieranie dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży oraz rozwijanie umiejętności dbania o własne zdrowie, relacje i emocje.

Cieszymy się, że możemy uczestniczyć w przygotowanych warsztatach, które dostarczą uczniom cennej wiedzy, będą inspiracją do refleksji nad własnym samopoczuciem oraz pokazując, jak budować zdrowe i wspierające środowisko szkolne.

Dziękujemy organizatorom za możliwość udziału w projekcie i z niecierpliwością oczekujemy spotkań oraz działań realizowanych w jego ramach.

Celem projektu jest poprawa dobrostanu psychicznego dzieci, młodzieży, rodziców/opiekunów i nauczycieli poprzez realizację działań w zakresie zdrowia psychicznego oraz zmiany postaw zdrowotnych wśród dzieci, młodzieży, rodziców/opiekunów oraz nauczycieli.

Cel realizowany będzie poprzez pilotażowe warsztaty z aktywności fizycznej i żywienia. Uczestnicy zostaną wyposażeni w praktyczne narzędzia do wykorzystania w życiu codziennym, a rodzice/opiekunowie i nauczyciele zostaną włączeni w projekt jako osoby wspierające proces wzmacniania dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży. Osiągnięcie zakładanych rezultatów wymaga odpowiedniego wymiaru czasowego działań.

Działaniami w projekcie zostaną objęci dzieci, młodzież, rodzice i nauczyciele.

Koordynatorem działań jest pedagog szkolna – Małgorzata Puczyńska

Informacje o projekcie <https://www.umb.edu.pl/fundacja/projekty>

Galeria

