

Platforma Zdrowego Życia

PROJEKT: ZDROWA MŁODZIEŻ, ZDROWA PRZYSZŁOŚĆ

2024 – 2025



CEL PROJEKTU

Projekt "Zdrowa Młodość, Zdrowa Przyszłośćma" na celu promowanie kultury dobrego samopoczucia i zdrowego stylu życia wśród młodych ludzi w Dunaju. Angażując młodzież w różnorodne działania, takie jak sport, targi zdrowia, prace społeczne i warsztaty edukacyjne, staramy się wzmocnić ich wiedzę i nawyki niezbędne do zrównoważonego stylu życia. Inicjatywa ta dotyczy zarówno zdrowia fizycznego, jak i psychicznego, promując pozytywne wybory i odporność. Dzięki tym działaniom mamy nadzieję zbudować zdrowszą społeczność, która ceni i wspiera dobrobyt młodego pokolenia, zapewniając lepszą przyszłość dla wszystkich.

TREŚĆ

-  **1 Wzmacnianie Młodzieży
Poprzez Sport**
-  **2 Targi Zdrowia: Zwalczanie
uzależnień i promowanie
zdrowych wyborów**
-  **3 Tworzenie prezentów dla
dzieci na oddziale
onkologicznym**
-  **4 Łączenie Pokoleń: Gry
Logiczne i gry pamięciowe z
uczniami szkół średnich w
Domu Opieki**
-  **5 Oddaj Krew, Uratuj Życie:
Kampania Krwiodawstwa
Wolontariuszy Fundacji Dunaj**
-  **6 Zdrowe Przepisy
Kulinarne z Całego
Świata - Warsztaty**
-  **7 Akademia Zdrowia
Psychicznego: Zrozumienie
Stresu i Promowanie Dobrego
Samopoczucia Emocjonalnego
i Psychicznego**

“ WYDARZENIE 1

Tytuł: Wzmacnianie Młodzieży Poprzez Sport

Cel wydarzenia: Celem wydarzenia jest zaproszenie sportowców do szkoły dla uczniów niedosłyszących i wygłoszenie przez nich przemówień motywacyjnych. Wydarzenie ma na celu zainspirowanie i wzmocnienie studentów poprzez dzielenie się niezwykłymi historiami tych sportowców, podkreślając ich osiągnięcia, wytrwałość i odporność zarówno w karierze sportowej, jak i życiu osobistym.

Typ: Seminarium



“ WYDARZENIE 2

Tytuł: Targi Zdrowia: Zwalczanie uzależnień i promowanie zdrowych wyborów

Cel wydarzenia: Głównym celem naszych Targów Zdrowia jest budowanie świadomości i edukowanie uczniów szkół średnich na temat potencjalnych zagrożeń i skutków różnych uzależnień, w tym uzależnienia od alkoholu, narkotyków, Internetu, tytoniu i fast foodów. Uzależnienia te mogą znacznie pogorszyć zarówno fizyczne, jak i psychiczne samopoczucie młodych ludzi, ostatecznie obniżając jakość ich życia. Wspierając środowisko nauki i wsparcia, targi mają na celu umożliwić uczniom rozpoznanie tych zagrożeń i pomóc dokonać świadomych wyborów, które promują zdrowszy styl życia.

Typ: Targi Zdrowia



TARGI ZDROWIA 2024



TARGI ZDROWIA 2024



TARGI ZDROWIA 2024



TARGI ZDROWIA 2024



TARGI ZDROWIA 2024



TARGI ZDROWIA 2024

“ WYDARZENIE 3

Tytuł: Tworzenie prezentów dla dzieci na oddziale onkologicznym

Cel wydarzenia: Celem wydarzenia jest zapewnienie radości dzieciom przebywającym w szpitalach w okresie świątecznym. Wydarzenie ma na celu stworzenie pozytywnego i podnoszącego na duchu środowiska dla dzieci, pomagając im na chwilę zapomnieć o wyzwaniach medycznych i wspierając poczucie szczęścia i nadziei w okresie świątecznym.

Typ: Warsztat



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM



22
12

PRZYGOTOWANIE ŚWIĄTECZNE PREZENTY DLA DZIECI W ODDZIALE ONKOLOGICZNYM

“ WYDARZENIE 4

Tytuł: Łączenie Pokoleń: Gry logiczne i pamięciowe z uczniami szkół średnich w Domu Opieki

Cel wydarzenia: Wydarzenie to ma na celu zniwelować różnice pokoleniowe poprzez wspieranie znaczących interakcji między uczniami szkół średnich a starszymi mieszkańcami Domu Opieki poprzez angażujące gry umysłowe i pamięciowe. Inicjatywa ta ma na celu poprawić funkcje poznawcze i samopoczucie emocjonalne osób starszych, jednocześnie promując empatię i odpowiedzialność społeczną wśród młodzieży. Zachęcając do wzajemnego uczenia się i zrozumienia, wydarzenie to tworzy poczucie wspólnoty i wspólnego celu.

Typ: Gry planszowe



01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY



01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY



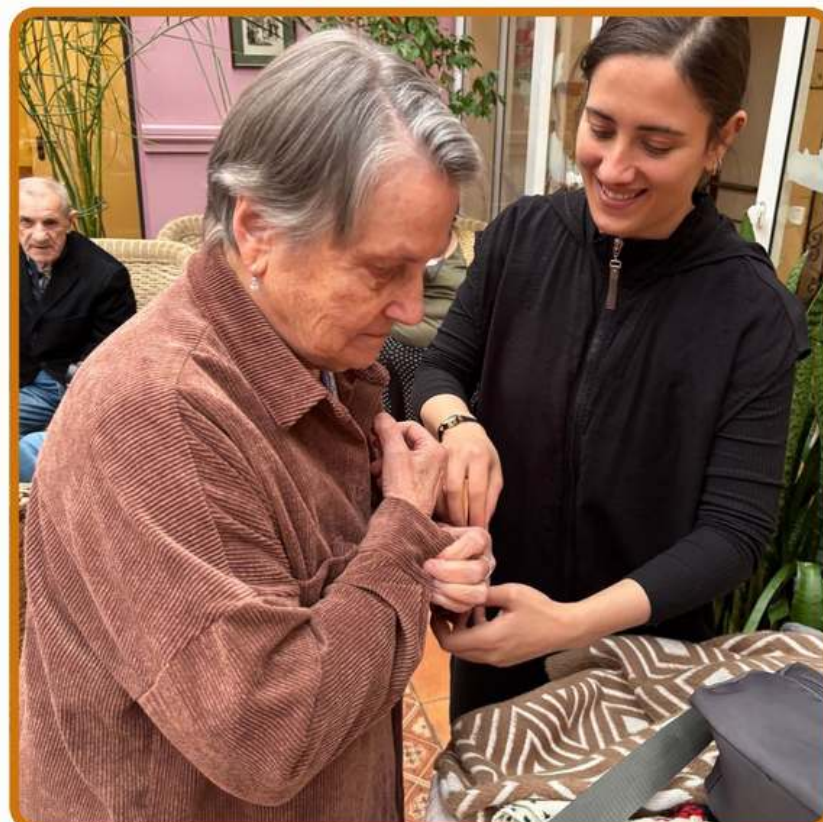
01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY



01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY



01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA „CHEMIK”

WIZYTA W DOMU SENIORA „CHEMIK”



01
03
WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

WIZYTA W DOMU SENIORA: DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

“ WYDARZENIE 5

Tytuł: Oddaj Krew, Uratuj Życie: Kampania Krwiodawstwa Wolontariuszy Fundacji Dunaj

Cel wydarzenia: Celem kampanii "Oddaj Krew, Uratuj Życie" będzie zainspirowanie ludzi do dobrowolnego oddawania krwi. Wspierając kulturę dzielenia się, kampania ma na celu zapewnienie odpowiednich dostaw krwi dla potrzebujących i ostatecznie ratowanie życia.

Typ: Kampania



22
11



PODARUJ ŻYCIE - ODDAJ KREW!



22
11



PODARUJ ŻYCIE - ODDAJ KREW!



22
11



PODARUJ ŻYCIE - ODDAJ KREW!



22
11



PODARUJ ŻYCIE - ODDAJ KREW!

“ WYDARZENIE 6

Tytuł: Zdrowe Przepisy Kulinarne z Całego Świata - Warsztaty

Cel wydarzenia: Celem warsztatów " Zdrowe Przepisy Kulinarne z Całego Świata" jest zapewnienie uczestnikom różnorodnych, szybkich, pożywnych i aromatycznych przepisów z różnych części świata. Wydarzenie to ma na celu poszerzenie wiedzy żywieniowej, promowanie zdrowych nawyków żywieniowych i wyposażenie uczestników w praktyczne, kreatywne umiejętności gotowania, które można łatwo włączyć do ich codziennego życia.

Typ: Warsztat

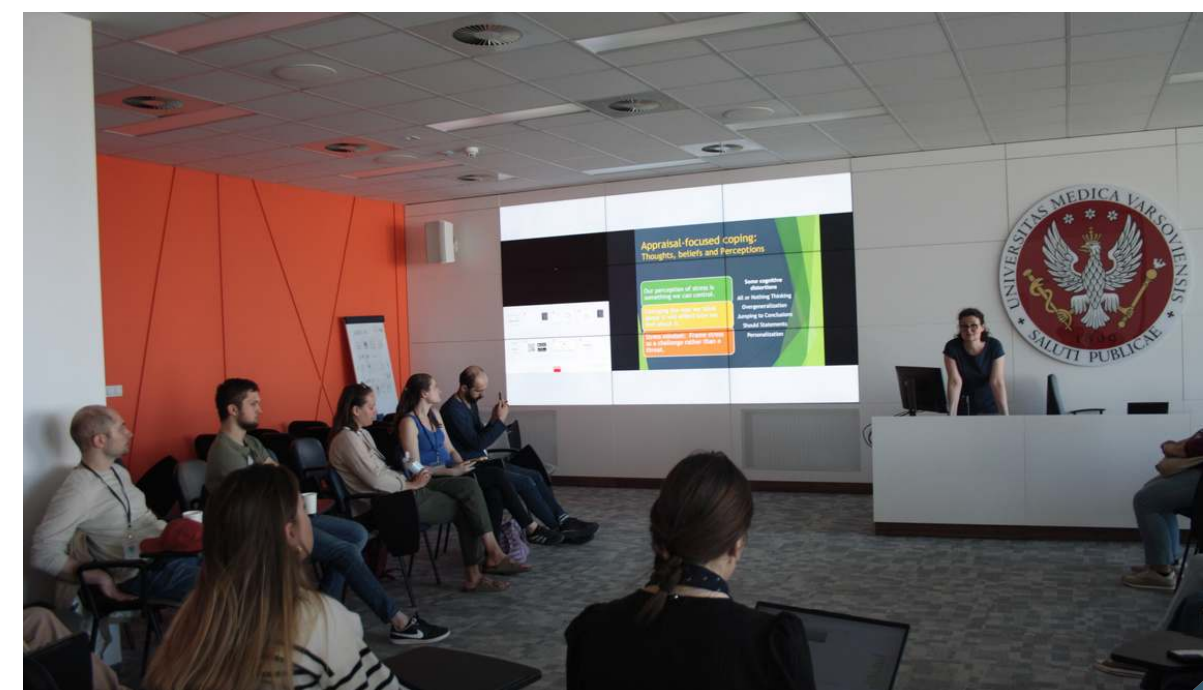
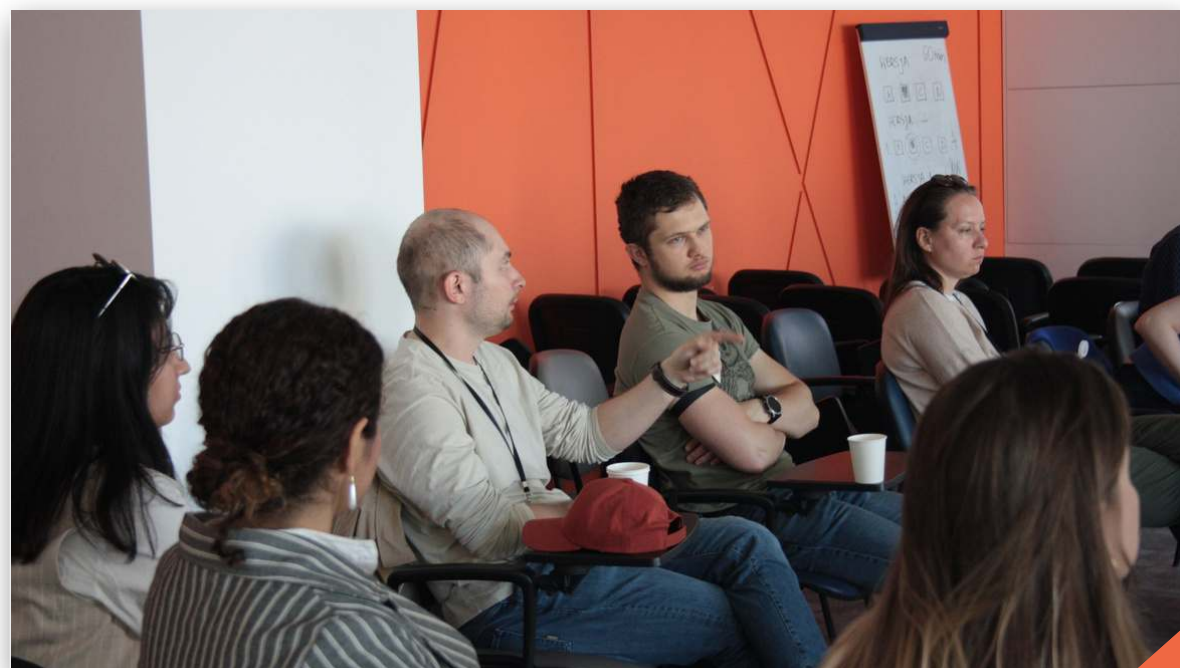


“ WYDARZENIE 7

Tytuł: Akademia Zdrowia Psychicznego: Zrozumienie Stresu i Promowanie Dobrego Samopoczucia Emocjonalnego i Psychicznego

Cel wydarzenia: Cel Akademii Zdrowia Psychicznego: Zrozumienie stresu i promowanie dobrego samopoczucia emocjonalnego i psychicznego ma na celu edukację uczestników w zakresie podstaw zarządzania stresem i podnoszenie świadomości na temat zdrowia psychicznego. Program ma na celu przedstawić strategie utrzymania dobrego samopoczucia emocjonalnego i psychicznego, dając uczestnikom wiedzę i umiejętności niezbędne do skutecznego radzenia sobie ze stresem i do ogólnej poprawy zdrowia.

Typ: Akademia



“

Dziękujemy

”