

Zajedno protiv ovisnosti

# MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI

od 15. studenog - 15. prosinca 2021.

*Naš izbor je zdrav život*



Zdravi grad Poreč - Parenzo

Città sana Poreč - Parenzo

KADA?	ŠTO?	TKO I GDJE?	KADA?	ŠTO?	TKO I GDJE?	
<i>Odrasli za učenike</i>						
15.11. - 15.12.	Radionica JA I DRUGI	Školski psiholog u TOŠ B. Parentin za učenike od 5. do 8. razreda -radionica „Utjecaj samopoštovanja na međuljudske odnose“ (asertivna komunikacija, kako reći NE, suočavanje s kritikom)	15.11. - 15.12.	Projekt MOJ IZBOR JE ZDRAV ŽIVOT	Učenici i učitelji u OŠ Poreč -osmišljavanje radionica i drugih aktivnosti na temu zdravih životnih izbora u svim razrednim odjelima	
15.11. - 15.12.	Predavanje OVISNOST O INTERNETU, VIDEO IGRAMA I DRUŠTVENIM MREŽAMA	Zdravi grad Poreč i školski psiholog u TOŠ B. Parentin za učenike od 5. do 8. razreda -predavanje na temu sve rasprostranjenije ovisnosti o internetu i novim medijima	15.11. - 15.12.	Likovni natječaj i izložba BOJE IZBORA	Učenici OŠ Poreč -likovni natječaj na temu Boje izbora u cilju promocije zdravih životnih izbora	
15.11. - 15.12.	Ciklus tematskih radionica PREDNOSTI SLOBODNOG VREMENA I KAKO GA KORISTIM	Pedagoginja i socijalna pedagoginja u OŠ Finida za učenike 4. razreda -provedba ciklusa pedagoških radionica s ciljem promicanja kvalitetnog provođenja slobodnog vremena, odgovornog korištenja tehnologije i prevencije ovisnosti	15.11. - 15.12.	Projekt KALENDAR DOBRIH IZBORA	Učitelji i učenici u OŠ Poreč -učenici uključeni u višegodišnji projekt razvoja socioemocionalnih vještina Paths – Rastem osmišljavaju i provode 30 aktivnosti s ciljem promocije dobrih djela i odgovornih izbora	
15.11. - 15.12.	Ciklus tematskih radionica IMATI KONTROLU NAD SVOJIM IZBORIMA	Pedagoginja i socijalna pedagoginja u OŠ Finida za učenike 7. razreda -edukacija učenika o važnosti donošenja zdravih životnih izbora, učenju samokontrole, kako se oduprijeti pritisku vršnjaka i donositi vlastite odluke	15.11. - 15.12.	Radio emisije SŠ Mate Balota MLADI ZA MLADE U IZAZOVIMA ODRASTANJA	Radio Centar studio Poreč -radio emisije u kojima će učenici pričati/razgovarati o izazovima odrastanja.	
15.11. - 15.12.	Pedagoška radionica PREVENCIJA NASILJA U MLADENAČKIM VEZAMA	Pedagoginja i socijalna pedagoginja u OŠ Finida za učenike 8. razreda -održavanje pedagoških radionica za učenike s ciljem osvješćivanja učenika o definiranju dobrog odnosa te prevencije nasilja	<i>Odrasli za odrasle</i>	11.11. - 13.11.	Edukacija stručnjaka Edukacija -program prevencije kockanja mladih „TKO ZAPRAVO POBJEĐUJE?!“	Dr.sc. Neven Ricijaš, ERF Edukacija stručnjaka škola i Zdravog grada -unapređenje vještina rješavanja problema vezanih uz ovisnost o kocki
15.11. - 15.12.	Vijeće učenika OŠ Finida Pedagoška radionica MOJA SLIKA O SEBI I DRUŠTVU	Pedagoginja i socijalna pedagoginja u OŠ Finida Vijeće učenika OŠ Finida -poticanje razvoja pozitivne slike o sebi, promicanje ravnopravnosti i tolerancije	12.11. u 18h	Radionica za članice udruge Loza Funtana ZDRAVE PREHRAMBENE NAVIKE	Psihologinja Zdravog grada Poreč -osvješćavanje vlastitog odnosa prema hrani te korištenje tehnika u svrhu zdravih prehrambenih navika (prevencija ovisnosti o hrani)	
15.11. - 15.12.	Informiranje učenika RECI TO GLASNO – Gdje tražiti pomoć u nuždi?	Stručne suradnice u OŠ Finida -informiranje učenika o kanalima traženja i pružanja pomoći u slučaju nedoumica i suočavanja s određenim izazovima (predavanje, školski pano, mrežna stranica škole...)	16.11. u 18h	Muzikoterapijska radionica IZRAZI SVOJE OSJEĆAJE	Psihologinja Zdravog grada Poreč za članove grupe Debljina – bolest ili izbor -kako kontrolirati emocionalno jedenje, kako izraziti osjećaje i opustiti se uz pomoć glazbe	
15.11. - 15.12.	Radionica MOJ ŽIVOT- IZAZOVI ILI..	Školska psihologinja u SŠ Mate Balota -u izobilju izazova raspraviti s učenicima kako životne izazove iskoristiti u pozitivnom, a ne negativnom smislu	22.11. u 17h	Predavanje za roditelje KAKO PREPOZNATI PSIHIČKE TEŠKOĆE DJETETA	Psihologinja TUŠ A. Štifić za roditelje učenika 2. razreda -interaktivno predavanje za roditelje o simptomima koji mogu upućivati na psihičke probleme koji su često u podlozi ovisnosti te o koracima koje roditelji mogu poduzeti kako bi ih prevenirali	
15.11. - 15.12.	Radionica RAZVIJANJE VJEŠTINA POTREBNIH ZA ODGOVORNO PONAŠANJE	Školska psihologinja u SŠ Mate Balota -raspraviti o važnosti donošenja autonomnih i odgovornih odluka te raspraviti o tome kako procijeniti prednosti i nedostatke neke odluke.	23.11. u 14:30	Predavanje za nastavnike TUŠ KAKO PREPOZNATI PSIHIČKE TEŠKOĆE UČENIKA?	Psihologinja Zdravog grada Poreč --interaktivno predavanje (platforma Zoom) za nastavnike o simptomima koji mogu upućivati na psihičke probleme koji su često u podlozi ovisnosti te o koracima koje nastavnici mogu poduzeti kako bi ih prevenirali	
15.11. - 15.12.	Predavanje ZDRAV ZA 5	Djelatnici MUP-a u TOŠ B. Parentin i SŠ Mate Balota -predavanje o zakonskim posljedicama konzumacije alkohola te utjecaja na psihofizički razvoj	24.11.	Interaktivna radionica za roditelje KAKO ODGOVORITI NA POTREBE DJETETA?	Pedagoginja i socijalna pedagoginja OŠ Finida za roditelje učenika 5. razreda -radionica s ciljem informiranja roditelja i poticanja na promišljanje o temama privrženosti te definiranja kvalitetnih obiteljskih odnosa	
22.11.	Predavanje NASILJE NA INTERNETU	Djelatnici MUP-a i školski psiholog u TOŠ B. Parentin za učenike od 5. do 8. razreda -upoznavanje s primjerenim ponašanjem na Internetu i prepoznavanje neprimjerenog ponašanja ovisnosti o internetu te zakonskim odredbama vezanim uz vršnjačko nasilje na Internetu, posebno na društvenim mrežama .	1.12.	Interaktivna radionica za roditelje TEHNOLOGIJA – PREDNOST ILI IZAZOV U ODGOJU DJECE?	Pedagoginja i socijalna pedagoginja OŠ Finida za roditelje učenika 4. razreda -interaktivna radionica kojoj je cilj roditelje potaknuti na promišljanje o dostupnosti tehnologije u njihovu domu te utjecaju koja ona ima na razvoj djeteta	
1.12. - 15.12.	Vijeće učenika – radionica Glasam ZA zdrave izbore	Stručni suradnici OŠ Poreč -radionice na kojima predstavnici razrednih odjela osmišljavaju aktivnosti s ciljem poticanja zdravih izbora kod svojih vršnjaka	15.11. - 15.12.	Tematski roditeljski sastanci u SŠ Mate Balota - SREDNJOŠKOLCI -IZAZOVI DANAŠNJEG VREMENA - KAKO BITI PODRŠKA ADOLESCENTU? - PREVENCIJA ELEKTRONIČKOG NASILJA	Psihologinja SŠ M. Balota i psihologinja Zdravog grada Poreč -interaktivna predavanja za roditelje o tome s kojim se sve izazovima susreću današnji adolescenti.	
6.12. - 10.12.	Radionica ZABRANJENO PUŠENJE	Psihologinja u TUŠ A. Štifić za svih 12 razreda -kroz radionički pristup upoznati metode i načine nošenja s intenzivnim emocijama te koje od njih vode k osobnom razvoju, a koje k pogoršanju kvalitete vlastitog života.	<i>Prema zajednici</i>	15.11. - 15.12.	Radio emisije - SLOBODNI ILI OVISNI, NAJAVA MBO - EUROPSKI DAN MUZIKOTERAPIJE S TEMOM „IZRAZI SVOJE OSJEĆAJE“ - DJECA ALKOHOLIČARA - RADOHOLIZAM: AMBICIJA ILI OVISNOST - OVISNOST O HRANI („binge eating“)	Stručnjaci Zdravog grada Poreč, vanjski predavači, stručni suradnici škola, nastavnici, učenici i školski Radio Pegaz na Radio Centar Studio Poreč -radio emisije u kojima se predstavljaju aktivnosti, govori o rizicima odrastanja kao i o odgovornostima odraslih za zdrav rast i razvoj djece i mladih
<i>Učenici za učenike i odrasle</i>			15.11. - 15.12.	Savjetovanje za građane Anonimno savjetovanje vezano uz probleme ovisnosti	Psihologinje Zdravog grada Poreč -svakog petka u Mjesecu borbe protiv ovisnosti, u vremenu od 12 do 14 h, psihologinje će odgovarati na pozive u vezi problema ovisnosti – gdje se javiti za pomoć, kako se ophoditi prema ovisniku, što član obitelji ili poznanik može činiti ?	

Zahvaljujemo svima koji se uključuju i podržavaju zdrav rast i razvoj mladih Poreča!