



„**Zdrowie**” - według Światowej Organizacji Zdrowia - to pełny dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny, a nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności”. Więc, by być zdrowym nie wystarczy tylko zdrowo się odżywiać. Ze względu na to, że jest to zagadnienie bardzo obszerne, wyróżniono:

- ⇒ zdrowie fizyczne;
- ⇒ zdrowie psychiczne, w tym: zdrowie emocjonalne i umysłowe;
- ⇒ zdrowie społeczne;
- ⇒ zdrowie duchowe.

Promując zdrowie powinniśmy stawiać sobie podstawowy cel, jakim jest **podnoszenie świadomości jednostki i społeczeństwa dotyczące zdrowia i czynników warunkujących zdrowie.**

Już Jan Kochanowski w swojej fraszce pt. „*Na zdrowie*” ukazuje ten stan jako najwyższą wartość.

*Szlachetne zdrowie,
Nikt się nie dowie,
Jako smakujesz,
Aż się zepsujesz.
Tam człowiek prawie
Widzi na jawie
I sam to powie,
Że nic nad zdrowie
Ani lepszego,
Ani droższego...*

Dlatego tak istotna jest PROFILAKTYKA, zarówno ta **wczesna**, czyli utrwalanie prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia, jak i **pierwotna** (I fazy) – zapobieganie chorobom poprzez kontrolowanie czynników ryzyka.

https://www.canva.com/design/DAE3OvqdrBs/78Bdl8Z-Y-AG58YAAtxtpPA/watch?utm_content=DAE3OvqdrBs&utm_campaign=share_your_design&utm_medium=link&utm_source=shareyourdesignpanel

Z okazji ŚWIATOWEGO DNIA ZDROWIA przygotowaliśmy **Międzyszkolny Konkurs Wiedzy o Zdrowiu**, propagując działania mające na celu przeciwdziałanie nadwadze i otyłości u dzieci i młodzieży.

Trzyosobowe zespoły ze Szkoły Podstawowej w Nowej Cerkwi i Morzeszczynie dzielnie rywalizowały rozwiązując tematyczny test oraz wykonując prace plastyczne. Podczas przerw kwitła koleżeńska integracja, co nas bardzo cieszy.

Gratulujemy zwycięzcom i wszystkim uczestnikom, którzy wykazali się nie tylko bogatą wiedzą, ale również wspaniałą współpracą w zespołach.

Dziękujemy Urzędowi Gminy – dział promocji, Radzie Rodziców oraz Spółdzielni Uczniowskiej „Jutrzenka” za wspaniałe nagrody.