

## **"MAGIA SPORTU - jako alternatywa przeciw uzależnieniom"**

W dniu 3 listopada 2023 r. odwiedził nas p. Mateusz Lewandowski - psycholog z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, który poprowadził z nami warsztaty profilaktyczne z realizowanego od marca do 30 listopada przez UKS Zwoleń-Team programu gminnego: "MAGIA SPORTU - jako alternatywa przeciw uzależnieniom".

Zadanie w roku 2023 z zakresu zdrowia publicznego określone w Narodowym Programie Zdrowia na lata 2021-2025 w ramach celu operacyjnego nr 2. Profilaktyka i rozwiązywanie problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, uzależnieniami behawioralnymi i innymi zachowaniami ryzykownymi.

---

Projekt obejmuje warsztaty profilaktyczne w formie aktywizującej dla uczniów Szkoły Podstawowej w Zwoleniu.

Tematyka 2 godzinnych warsztatów dla klas 1-3 i 4-8 obejmowała w szczególności: emocje, w tym reakcje na złość, uzależnienia od Internetu, cyberprzemoc, agresję i jej rodzaje, zdrowe nawyki, komunikację interpersonalną, stres, problemy w domu.