"Żyjmy dłużej, zdrowiej i ciekawiej"

W ramach programu profilaktyczno - wychowawczego pt. "*Żyjmy dłużej lepiej i ciekawiej*" opracowanego przez Pedagogów Szkolnych i Komisję Wychowania Fizycznego, w listopadzie w Zespole Szkół im. ks. dra Jana Zwierza 18.11.2016r. na Hali Widowiskowo - Sportowej w Ropczycach odbyła się Licealiada w Piłce Ręcznej Chłopców połączona z prelekcją przeprowadzoną przez Higienistkę Szkolną panią
Halinę Rudny
na temat szkodliwości palenia papierosów. Celem prelekcji było uświadomienie młodzieży, że palenie papierosów jest niebezpiecznym uzależnieniem, niosącym za sobą wiele negatywnych skutków. Sięgając po papierosa, nie zdajemy sobie sprawy, jak szybko możemy wpaść w nałóg. Niewinne branie papierosa, "puszczanie dymka" dla szpanu, mody czy towarzystwa, często kończy się tym, że człowiek staje się ofiarą nikotyny. Bez papierosa nie może żyć, funkcjonować, staje się nerwowy i niecierpliwy. Palenie również powoduje bardzo poważne choroby. Są to nowotwory płuc i krtani.



Nikotyna i substancje smoliste zatruwają cały organizm, powodują niedotlenienie serca, miażdżycę naczyń i prowadzą do zawału serca. Pani higienistka podkreśliła, że każdy papieros

skraca życie palaczowi o kilka minut. Wynika to z tego, że każdy nałogowy palacz z własnej głupoty i na własne życzenie, skraca swe życie o parę lat. Z drugiej strony, szkodząc sobie, szkodzi także innym. Pani Halina Rudny zwróciła również uwagę na to, że każdy palacz na co dzień nosi znamiona swego nałogu. Poszarzała cera, żółte zęby i palce, nieświeże ubranie, przesiąknięte wonią papierosów. Wygląd ten jest zaprzeczeniem człowieka zdrowego, wysportowanego, eleganckiego, z niechęcią widzianego wśród ludzi, prowadzących zdrowy tryb życia. W szkole w ramach programu profilaktycznego - wychowawczego pt . "Żyjmy dłużej, lepiej i ciekawiej" przeprowadzono podczas lekcji wychowawczych zajęcia z profilaktyki antynikotynowej, zorganizowano również wsród społeczności szkolnej konkurs na hasło lub wiersz o w/w tematyce.

Prace młodzieży zostały ocenione przez panią wicedyrektor **Janinę Pupa**. Wsród uczestników konkursu był również nauczyciel p.
Roman Bochenek
, który zainspirował młodzież do twórczej pracy. Wszystkie prace zostały wyróżnione. Nagrody otrzymali:

1. Paweł Nędza z kl. 4 TO
2. Piotr Zając z kl. 4 TO
3. Paweł Pokorski z kl. 4 TO
4. Grzegorz Ziobro z kl. 4 TO
5. Piotr Rokosz z kl. 3 TO a
6. Sebastian Gdowik z kl. 3 TOa
7. Karolina Rusin z kl. 2 TL



Celem programu profilaktycznego było propagowanie zdrowego stylu życia, przeciwdziałania uzależnieniom młodzieży.

Aneta Bochenek
Agnieszka Rymut