



## Ζω υγιεινά



**Γενικός σκοπός του συγκεκριμένου ομίλου είναι οι μαθητές να αντιληφθούν τη σπουδαιότητα της υγείας για τη ζωή του κάθε ανθρώπου ξεχωριστά και για τη λειτουργία της κοινωνίας ολόκληρης. Θα δοθεί η ευκαιρία στους μαθητές:**

- i)** να ασχοληθούν και να εξετάσουν διάφορα θέματα σχετικά με την υγεία, τα οποία τους ενδιαφέρουν, ή τους απασχολούν,
- ii)** να εντοπίσουν τους παράγοντες που συνδέονται με τα θέματα αυτά και να προσδιορίσουν, ποιοι επιδρούν θετικά και ποιοι αρνητικά,
- iii)** να ενημερωθούν για τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να παρέμβουν και να τα αντιμετωπίσουν και iv) να αποκτήσουν γνώσεις, με απώτερο σκοπό να τροποποιήσουν κατάλληλα τη συμπεριφορά τους, ώστε να διαφυλάξουν την προσωπική τους υγεία και να προάγουν την υγεία γενικότερα.

### **Προτεινόμενα θέματα:**

Διατροφή, Ατομική Υγιεινή, Κάπνισμα, Οινοπνευματώδη ποτά, Ναρκωτικά, Φάρμακα – Οργάνωση Φαρμακείου, Κίνδυνοι – Ατυχήματα στο σπίτι και σε δημόσιους χώρους, Πρώτες βοήθειες, Πρόληψη νοσημάτων και ασθενειών, Ύπνος και Υγεία, Άγχος – Στρες και Υγεία, κτλ.