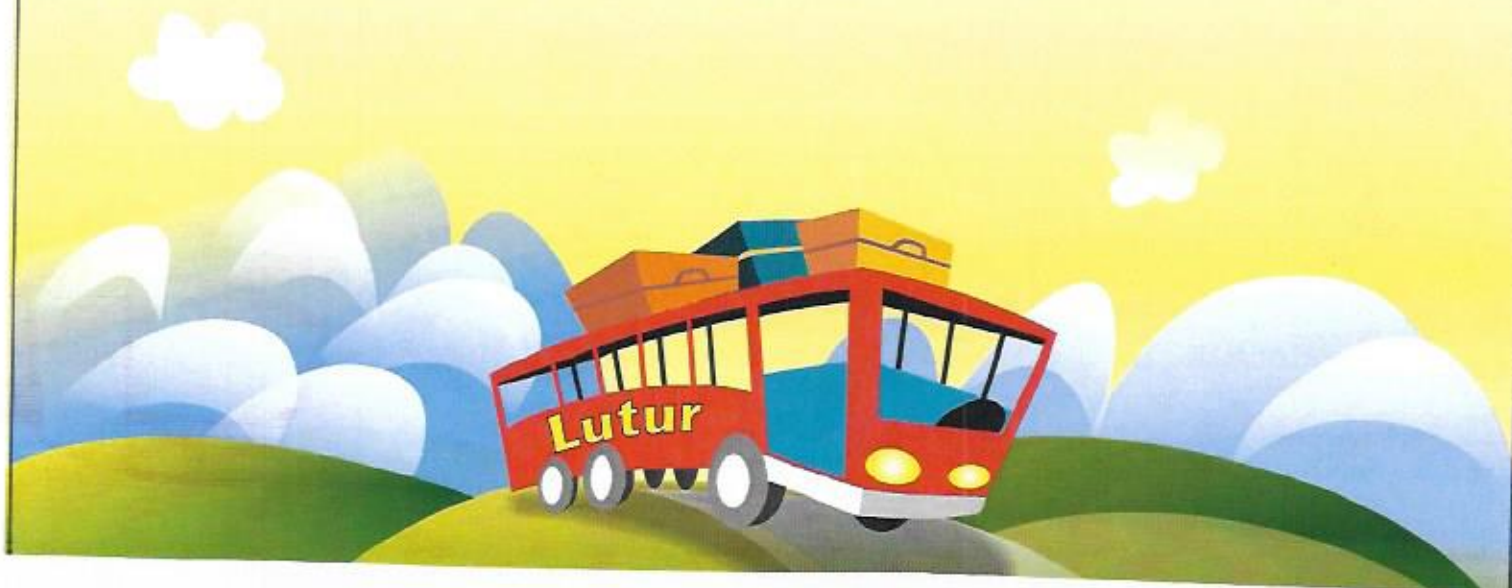


KOLONIE LETNIE

Z PROGRAMEM PROFILAKTYCZNYM

TERMIN 28.06 – 07.07.2024 r.



OCHOTNICA DOLNA

Ośrodek wypoczynkowy BARNASIÓWKA

W PROGRAMIE WYPOCZYNKU

STARY SĄCZ I NOWY SĄCZ

Dom na Dołkach, Brama Szeklerska, Ołtarz Papieski
Dom rodzinny ks. Tischnera, Klasztor Klarysek, Kaplica
Św. Rocha, Ruiny Zamku, Katedra, Synagoga, Stare Miasto

MIASTECZKO GALICYJSKIE

Skansen Ziemi Sądeckiej

WOLA KROGULECKA

Platforma - wieża widokowa
nad Doliną Popradu

WOKÓŁ ZALEWU CZORSZTYŃSKIEGO

DĘBNO - gotycki kościół - zabytek UNESCO
NIEDZICA - zapora i Zamek Dunajec
CZORSZTYN - ruiny gotyckiego zamku

AQUAPARK

Zabawy wodne

TURBACZ

Najwyższy szczyt Gorców,
należący do Korony Gór Polski

REJS STATKIEM

po Zalewie Czorsztyńskim

WIELE INNYCH CIEKAWYCH I INSPIRUJĄCYCH ATRAKCJI, m.in.:

spacery okolicznymi szlakami górskimi, warsztaty plastyczne, warsztaty muzyczne i taneczne, wieczory filmowe, dyskoteki, gry i zabawy integracyjne, rozgrywki sportowe, olimpiada kolonijna, różne konkursy, festiwale muzyczne, gry planszowe i świetlicowe, spacer, zabawy na placu zabaw.

REALIZACJA PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

LUTUR to firma, która przywiązuje ogromną wagę do programów profilaktycznych i wychowawczych. Nasze kolonie to nie tylko czas zabawy i odpoczynku, to także okazja do rozwoju i promocji zdrowego stylu życia.

Nasz program profilaktyczny, zgodny z **Narodowym Programem Zdrowia na lata 2021-2025** oraz **Ustawą o zdrowiu publicznym**, koncentruje się na **profilaktyce uzależnień i promocji zdrowia**. Realizujemy zalecenia **Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom**, które skupia się na problemach uzależnień i ich przeciwdziałaniu.

Program Profilaktyczny w czasie wypoczynku ma na celu przygotowanie dzieci i młodzieży do zdrowego, odpowiedzialnego i pełnego pozytywnych wyborów życia. Dzięki zróżnicowanym działaniom, program stawia na wszechstronny rozwój uczestników i przyczynia się do tworzenia społeczeństwa bardziej świadomego i zdrowego.

Realizowany przez LUTUR program, ma na celu osiągnięcie wielu ważnych celów, które korzystnie wpływają na uczestników i środowisko lokalne:

1. **Promowanie zdrowego stylu życia:** Program ma na celu kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych, aktywności fizycznej oraz innych elementów zdrowego stylu życia, takich jak unikanie używek i substancji psychoaktywnych.
2. **Prewencja uzależnień:** Program ma na celu edukację i świadomość uczestników na temat zagrożeń związanych z uzależnieniami od alkoholu, narkotyków, papierosów i innych substancji, oraz promowanie umiejętności odmawiania.
3. **Rozwój umiejętności społecznych:** Program stawia na rozwijanie umiejętności interpersonalnych, takich jak komunikacja, radzenie sobie z konfliktami, asertywność oraz budowanie pozytywnych relacji.
4. **Edukacja zdrowotna:** Poprzez pogadanki, warsztaty i konkretne działania edukacyjne, program dostarcza wiedzy na temat zdrowia, higieny osobistej, profilaktyki chorób oraz pierwszej pomocy.
5. **Rozwijanie zainteresowań:** Program daje uczestnikom szansę odkrywania nowych pasji i zainteresowań, takich jak sztuka, sport, przyroda czy krajoznawstwo.
6. **Poprawa umiejętności życiowych:** Uczestnicy programu zdobywają umiejętności przydatne w codziennym życiu, takie jak planowanie, organizacja czasu, podejmowanie decyzji, zarządzanie stresem i radzenie sobie z trudnościami.
7. **Kształtowanie właściwych wzorców zachowań:** Program pomaga uczestnikom zrozumieć, jakie zachowania są właściwe, jak unikać negatywnych wpływów rówieśników oraz jak podejmować odpowiednie decyzje w sytuacjach trudnych.
8. **Zaktywizowanie w trakcie wypoczynku:** Program zapewnia aktywny i ciekawy wypoczynek, dając uczestnikom możliwość spędzenia czasu w sposób atrakcyjny i produktywny.
9. **Wspieranie rozwoju osobistego:** Program dąży do zwiększenia pewności siebie, poczucia własnej wartości i samoakceptacji uczestników, co przekłada się na ich lepsze funkcjonowanie w życiu codziennym.
10. **Wsparcie dla rodzin:** Poprzez program, LUTUR stara się również oferować wsparcie dla rodzin uczestniczących dzieci, przyczyniając się do poprawy funkcjonowania rodzin i relacji między jej członkami.

Nasze działania profilaktyczne są zgodne z gminnymi programami profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych, a także programami przeciwdziałania narkomanii, stanowiącymi część strategii rozwiązywania problemów społecznych na poziomie gminy.

Wypoczynek może być finansowany ze środków jednostek samorządu terytorialnego, w tym środków pochodzących z opłat za zezwolenia na sprzedaż alkoholu. Działamy również jako realizator zadań z zakresu zdrowia publicznego zgodnie z art. 3 Ustawy o zdrowiu publicznym.

Działania profilaktyczne w trakcie wycieczki dla dzieci, w ramach realizacji programu profilaktycznego, obejmują szereg różnorodnych aktywności mających na celu promowanie zdrowego stylu życia, prewencję uzależnień oraz rozwijanie umiejętności życiowych.

Działania profilaktyczne w trakcie wycieczki:

1. Pogadanki i warsztaty: Organizacja pogadek i warsztatów prowadzonych przez specjalistów ds. profilaktyki, które pozwalają dzieciom zdobywać wiedzę na temat szkodliwości używania substancji psychoaktywnych, palenia papierosów i innych uzależnień. W trakcie tych spotkań omawiane są również strategie radzenia sobie z presją rówieśniczą i trudnościami emocjonalnymi.
2. Indywidualne rozmowy: Możliwość indywidualnych rozmów z kadra wychowawczą i medyczną, które pozwalają uczestnikom rozwiązywać swoje bieżące problemy, dzielić się swoimi obawami i otrzymywać wsparcie w trudnych sytuacjach.
3. Zdrowe żywienie: Zapewnienie dzieciom zdrowych i zrównoważonych posiłków, które uczą właściwego żywienia i kształtują zdrowe nawyki żywieniowe.
4. Aktywność fizyczna: Codzienne zajęcia sportowe, gry i zabawy na świeżym powietrzu, które promują aktywność fizyczną i rozwijają zainteresowania sportem.
5. Wycieczki krajoznawcze: Organizowanie wycieczek, które poszerzają wiedzę uczestników, rozwijają ich zainteresowania historyczne, geograficzne i przyrodnicze oraz kształtują właściwe zachowania społeczne.
6. Zajęcia wychowawcze: Organizacja zajęć, zabaw, konkursów i dyskotek, które prezentują właściwe wzorce zachowań, rozwijają umiejętność zabawy i wypoczynku bez korzystania z substancji psychoaktywnych oraz wzmacniają relacje interpersonalne.
7. Edukacja zdrowotna: Dbanie o edukację z zakresu zdrowego stylu życia, higieny, prewencji chorób, a także omawianie konsekwencji negatywnego wpływu używek na organizm.
8. Umiejętności życiowe: Rozwijanie umiejętności społecznych, takich jak asertywność, umiejętność radzenia sobie z konfliktami, podejmowanie decyzji i planowanie przyszłości.
9. Rozwijanie zainteresowań: Wspieranie rozwoju zainteresowań dzieci, takich jak hobby plastyczne, artystyczne czy sportowe, aby uczestnicy mieli alternatywy do spędzania czasu wolnego.
10. Promocja odmawiania: Kształtowanie umiejętności odmawiania, dzięki czemu uczestnicy potrafią stanowczo i asertywnie odrzucić propozycje niepożądanych zachowań.

Efekty realizowanego programu profilaktycznego korzystnie wpływają zarówno na uczestników, zapewniając im atrakcyjny czas wolny, rozwijanie zainteresowań, wzrost wiedzy historycznej, geograficznej i przyrodniczej, promowanie zdrowego stylu życia, jak i na zamawiających, przyczyniając się do profilaktyki problemów alkoholowych, przeciwdziałania uzależnieniom oraz promocji zdrowia wśród mieszkańców.

Podsumowując, nasz Program Profilaktyczny w czasie wycieczki to doskonałe narzędzie do zapewnienia dzieciom nie tylko udanego wycieczki, ale także wsparcia w ich rozwoju oraz budowania zdrowego i odpowiedzialnego podejścia do życia.