



Co-funded by the
European Union

1.tikšanās Latvijā Ziņu lapa



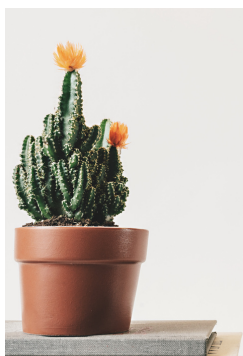
Par veselīgu dzīvesveidu

Projekta mērķis ir uzlabot izpratni par veselīgu dzīvesveidu un ēšanas paradumiem izvēlētajai mērķa grupai un radīt izmaiņas tās pašreizējā uzvedībā.

Mūsu galvenie mērķi ir šādi:

- samazināt ātrās ēdināšanas patērētāju skaitu mūsu mērķgrupā par vismaz 40% pēc diviem projekta gadiem.
- palielināt vismaz 65% dalībnieku informētību par veselīgas ēšanas principiem;
- ideju un prakses apmaiņa ar citām Eiropas skolām, lai skolotāji varētu sagatavot brošūru skolēniem, vecākiem un skolām.
- attīstīt zināšanas par Eiropas sporta veidu un kultūru daudzveidību.

Tādēļ mēs vēlamies veicināt veselīgu dzīvesveidu un sportu studentu vidū, liekot viņiem strādāt kopā neatkarīgi no viņu izskata, tādējādi mazinot attieksmi pret diskrimināciju, kas vērsta uz skolēniem ar liekā svara problēmām.



Pirmā tikšanās

PIRMĀ TIKŠANĀS NOTIKA 18. – 22. SEPTEMBRĪ JAUNPIEBALGĀ, LATVIJĀ. ŠAJĀ TIKŠANĀS REIZĒ PIRMO REIZI SATIKĀS PARTNERI NO LATVIJAS, UNGĀRIJAS, TURCIJAS UN ZIEMEĻMAKĒDONIJAS. TIKŠANĀS LAIKĀ PARTNERI PREZENTĒJA UN APSPRĪEDA PROJEKTA IZPLATĪŠANAS PLĀNU, RĪSKA PĀRVALDĪBAS PLĀNU, KVALITĀTES PLĀNU UN DARBA PLĀNU. PARTNERĪ DALĪJĀS SAVĀS ZINĀŠANĀS, PĪEREDZĒ UN LABAJĀ PRAKSĒ SAISTĪBĀ AR UZDEVUMIEM PROJEKTĀ UN DARBA PROGRAMMĀ.



Skolotāji guva ieskatu par pašreizējo situāciju partnervalstīs fiziskās slodzes, ēšanas ieradumu ziņā, par aptaukošanās un ēšanas traucējumiem. Skolotāji sniedza skolēniem labāku izpratni par ēšanas traucējumu psiholoģiskajiem faktoriem, kas izraisa aptaukošanos un ir vairāk gatavi risināt situāciju pašu skolās, risināt jautājumus ar skolēniem un viņu vecākiem, lai vairotu izpratni par neveselīgu ēšanas paradumu ietekmi un slodzes trūkumu, pamatojoties uz paraugprakses apmaiņu ar partneriem un speciālistiem.



PIRMIE SOĻI PĒC TIKŠANĀS

Visi partneri vienojās par nosacījumiem un noteikumiem, kas novedīs pie visu projekta mērķu sasniegšanas. Pirmajā sanāksmē projekta komanda vienojās par formātu, termiņiem un produkcijas izveides metodi. Projekta komanda šobrīd aktīvi strādā pie mācību materiāla par aptaukošanās cēloņiem un sekām izveides. Tāpat skolotāji veidos ieteikumus veselīgām maltītēm, kā arī rīkos pasākumus skolā, lai skolēniem stāstītu par veselīgu uzturu un fizisko aktivitāšu pozitīvo ietekmi uz veselību. Partneru tiešsaistes tikšanās un gatavošanās darba sanāksmei Ziemeļmaķedonijā, kas notiks 2023. gada 12-17. Novembrī, ir šī projekta neatņemama sastāvdaļa.

