

IV FESTIWAL ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

W dniach od 24 do 27 września 2018 roku Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy zorganizowało IV Festiwal Zdrowego Stylu Życia. Dzieciom, uczniom i nauczycielom zaproponowano szerokie spektrum działań zachęcających do dbania o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne oraz kondycję fizyczną. W wielu przedszkolach i szkołach odbyły się zajęcia sportowe, pogadanki, prelekcje, warsztaty kulinarne. Uczestniczyło w nich prawie 900 osób. Nauczyciele wzięli udział w warsztatach o bezpieczeństwie, zdrowym odżywianiu i walorach picia wody oraz grach i zabawach dydaktycznych.

Zdrowy styl życia to także posiłki w szkołach, dlatego zaproponowaliśmy również warsztaty dla personelu kuchennego na temat **Tradycyjne potrawy stołówkowe w nowej odsłonie**.

W ramach festiwalu 27 września 2018 roku odbyła się konferencja **RUCH, DZIAŁANIE, HUMOR, PASJA**. Inspirujący wykład *Kto i jak może (za)dbać o zdrowie i dobre samopoczucie nauczycieli? Refleksje z perspektywy psychologii pozytywnej* wygłosiła dr Ewa Kasperek-Golimowska z Pracowni Edukacji Zdrowotnej Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Kolejny, pobudzający do refleksji wykład *Profilaktyka zachowań ryzykownych nastolatków a promocja zdrowia* wygłosił Tomasz Bilicki z Fundacji Innopolis z Łodzi. Spotkanie zakończyło się wystąpieniem *Pasja w edukacji, czy to jest możliwe?* Na pytanie zawarte w temacie odpowiadał wraz z uczestnikami konferencji Szymon Paprocki z Centrum Zabaw Rodzinnych Family Park.

Konferencji towarzyszyła wystawa plakatów obrazujących DOBRE PRAKTYKI w zakresie promocji zdrowego stylu życia. Podczas festiwalu odbył się również konkurs plastyczny i fotograficzny, którego uczestnicy mieli możliwość zaprezentowania prac na temat „Zdrowie zawsze w modzie”.

Festiwal Zdrowego Stylu Życia jest imprezą, organizowaną co roku przez środowiska nauczycielskie i akademickie. Odbywa się od 2015 roku i każda kolejna edycja udowadnia, że zdrowie jest w modzie. Co roku hasło festiwalu jest inne, dzięki czemu docieramy do nowych odbiorców. Mamy nadzieję, że ogromne zaangażowanie nauczycieli konsultantów oraz partnerów KPCEN w Bydgoszczy inspirowało uczestników do dbania o zdrowie, bo taki cel stawiamy sobie jako wiodący.

Festiwal Zdrowego Stylu Życia jest największym tego typu wydarzeniem w Bydgoszczy kierowanym do nauczycieli, uczniów i pracowników szkół. W gronie współorganizatorów są: Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy, Collegium Medicum UMK w Bydgoszczy. Warto zaznaczyć, że do współpracy przy tworzeniu oferty programowej zgłasza się wiele jednostek zewnętrznych, takich jak: szkoły, biblioteki, instytucje kultury, straż miejska, policja czy firmy prywatne, stowarzyszenia, fundacje.