



Città sana Poreč - Parenzo



Zajedno protiv ovisnosti

MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI

od 15. studenog - 15. prosinca 2023.

Naš izbor je zdrav život

KADA? ŠTO? TKO i GDJE?

Odrasli za učenike

15.11. - 15.12.	Ciklus tematskih radionica ODRASTI BEZ OVISNOSTI	Stručni suradnici, učitelji, razrednici, stručnjaci svih osnovnih i srednjih škola Poreča Timovi porečkih škola educirat će učenike o rizicima vezanim uz eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti i provoditi radionice s ciljem razvijanja socioemocionalnih vještina djece i mladih.
15.11. - 15.12.	Ciklus tematskih radionica i predavanja CONNETTIAMOCI POVEŽIMO SE PREVENCIJA MODERNIH OVISNOSTI: INTERNET, VIDEOIGRE I DRUŠTVENE MREŽE	Školska psihologinja u TOŠ B. Parentin za učenike od 5. do 8. razreda Radionice i predavanja na temu ovisnosti o internetu, digitalnim uređajima i medijima te prednostima i rizicima koje nam donosi svakodnevno sluzenje internetom i modernim tehnologijama.
15.11. - 15.12.	Radionica GUARDA COME GIOCO GLEDAJ KAKO (SE) IGRAM ZA SIGURNO KORIŠTENJE VIDEOIGARA	Školska psihologinja u TOŠ B. Parentin za učenike 3. i 4. razreda Prevenција prekomjernog igranja videoigara i promicanje zdravih životnih navika.
15.11. - 15.12.	Muzikoterapijske radionice U GLAZBI POVEZAN, UZ GLAZBU NEOVISAN	Psihologinja-muzikoterapeutkinja Zdravog grada Poreč u porečkim osnovnim školama za učenike 3. i 4. razreda Jačanje razredne kohezije kao zaštitnog faktora u borbi protiv ovisnosti.
15.11. - 15.12.	Radionice CONNETTIAMOCI POVEŽIMO SE	Školska psihologinja u TOŠ B. Parentin za učenike od 1. do 4. razreda Poticanje pozitivne slike o sebi, razvijanje razumijevanja vlastitih osjećaja i potreba, upravljanje vlastitim postupcima, razvijanje odgovornosti za vlastito ponašanje, usvajanje socijalnih i komunikacijskih vještina, razvijanje zajedništva i suradnje, prevencija neprihvatljivog ponašanja.
15.11. - 15.12.	Radionice SVOJIM PONAŠANJEM ČUVAJMO ZDRAVLJE	Pedagoginja i socijalna pedagoginja u OŠ Finida za učenike 3. razreda Poticanje na donošenje odluka o zdravom načinu života.
15.11. - 15.12.	Radionice MEDIJI I SREDSTVA OVISNOSTI	Pedagoginja i psihologinja u OŠ u Finida za učenike 4. razreda Razvijanje kritičkog razmišljanja i stavova o korištenju informacijsko-komunikacijskih tehnologija i ostalih medija.
15.11. - 15.12.	Radionice MOJE POTREBE I DRUŠTVENE MREŽE	Socijalna pedagoginja i psihologinja u OŠ Finida za učenike 5. razreda Prepoznavanje potencijalno problematičnih motiva korištenja društvenih mreža te osmišljavanja drugačijih načina ispunjavanja pojedinih potreba..
15.11. - 15.12.	Radionice IMAM STAV	Socijalna pedagoginja u OŠ Finida za učenike 6. razreda Informiranje o sredstvima ovisnosti, raspoznavanje činjenica, zauzimanje za sebe, izražavanje stavova i potreba, odupiranje vršnjačkom pritisku.
15.11. - 15.12.	Radionice DONOŠENJE ODLUKA I ASERTIVNOST	Pedagoginja u OŠ Finida za učenike 7. razreda Poticanje mladih na preuzimanje odgovornosti za osobne izbore tijekom odrastanja i asertivnu komunikaciju.
15.11. - 15.12.	Projekt KNJIGOM DO ZDRAVLJA	Stručna služba u SŠ Mate Balote Predstavljanje književnih djela kojima se može doprinijeti prevenciji i razvoju mentalnog zdravlja učenika.
15.11.	Muzikoterapijske radionice ZAJEDNO MI PJEVAMO I PLEŠEMO	Psihologinja-muzikoterapeutkinja Zdravog grada Poreč u porečkim osnovnim školama za učenike 1. razreda Muzikoterapijske radionice povodom obilježavanja 10. Europskog dana muzikoterapije s ciljem povezivanja i poticanja socijalne uključenosti kao zaštitnih faktora u prevenciji rizičnih ponašanja.
16.11. i 17.11.	Tribine za učenike ZAUZMI STAV, ODRASTI NEOVISAN!	Dr. Slavko Sakoman u OŠ Poreč, OŠ Finida i TOŠ B. Parentin Tribine za učenike svih 8. razreda s ciljem poticanja mladih na preuzimanje odgovornosti za osobne izbore tijekom odrastanja.
20.11. – 24.11.	Radionice TKO JE TKO U HRANIDBENOM LANCU?	Psihologinja u TUŠ A. Štifanića za učenike 3. razreda Razumijevanje motiva svih uključenih u promet ilegalnim supstancama i procjenu usklađenosti tih motiva s vlastitim dobrobiti.
24.11.	Pub-kviz MISLI! RECI! POBIJEDI!	Školska pedagoginja u TUŠ A. Štifanića za učenike 2. razreda Učenici će kroz zabavu i pokušaje i pogreške usvojiti novo činjenično znanje o štetnosti utjecajapsihoaktivnih tvari na ljudski mozak.
29.11.	Školska debata TREBA LI ZABRANITI ENERGETSKA PIĆA?	Stručna služba, nastavnici i učenici 3. razreda u SŠ Mate Balote Usmena rasprava učenika na temu Treba li zabraniti energetska pića?
30.11.	Pub-kviz IZAZOVI ODRASTANJA	Stručni suradnici i učiteljica biologije u OŠ Poreč za učenike 8. razreda Grupni kviz za provjeru znanja i učenje učenika o novim vrstama ovisnosti kao što su sintetske droge, bihevioralne ovisnosti i konzumaciji e-cigareta.
1.12. – 15.12.	Predavanje PREVENCIJA OVISNOSTI	Predstavnik CK u OŠ Poreč za učenike 8. razreda Predavanje o posljedicama konzumacije sredstava ovisnosti na psihofizički razvoj.
Učenici za učenike i odrasle		
15.11. - 15.12.	Aktivnost RASPLESANI RAZREDI	Učenici 7. razreda, razrednici, stručni suradnici i plesni instruktori u OŠ Poreč, OŠ Finida, TOŠ B. Parentin i SŠ M. Balota Grupni preventivni školski projekt Rasplesani razredi je više od plesa. Kod mladih razvija suradnju, prijateljstvo, uklanja socijalne barijere i utječe na druge važne faktore značajne za zdravo odrastanje.
15.11. - 15.12.	Izložba radova učenika ZDRAVI IZBORI FINIDINIH ĐAKA	Razrednici i učenici 1. i 2. razreda u suradnji sa stručnim suradnicama u OŠ Finida Izložba likovnih radova na temu donošenja zdravih izbora.
15.11. - 15.12.	Izložba BOLJE SPRIJEČITI NEGO LIJEČITI	Učenici, stručne suradnice i nastavnici u SŠ Mate Balota Izložba likovnih i literalnih učeničkih radova na temu prevencije ovisnosti.

KADA? ŠTO? TKO i GDJE?

28.11. – 15.12.	Radionice Vijeće učenika TOŠ B. Parentin ZDRAVI ŽIVOTNI STILOVI I NAVIKE	Psihologinja i knjižničarka u TOŠ B. Parentin Predstavnic razrednih odjela osmišljavaju aktivnosti s ciljem promicanja zdravih životnih navika, kvalitetnog provođenja slobodnog vremena, odgovornog korištenja tehnologije i prevencije ovisnosti kod svojih vršnjaka.
1. 12. – 15. 12.	Radionica Vijeće učenika OŠ Poreč BIRAM ZDRAVE IZBORE	Učenici uz podršku stručnih suradnika u OŠ Poreč Predstavnic učenika iz razrednih odjela osmišljavaju aktivnosti s ciljem poticanja zdravih izbora kod svojih vršnjaka, a zatim iste aktivnosti nsamostalno provode u svojim razrednim odjelima.
15.11. – 15.12.	Predavanje za nastavnike PREVENCIJA SEKSUALNOG NASILJA (PROTOKOLI I PREZENTACIJA PROJEKTA)	Stručna služba u SŠ Mate Balote Educiranje nastavnika o programu, indikatorima i posljedicama seksualnog nasilja, rasprostranjenosti i razlozima neprijavlivanja, predrasudama kojima je seksualno nasilje obavljeno te pravnoj perspektivi prema seksualnom nasilju.
15.11. – 15.12.	Predavanje za stručnjake ADHD i SLIČNI POREMEĆAJI TE RIZIČNA PONAŠANJA DJECE I MLADIH	Prof.dr.sc. Mirjana Graovac, spec. psihijatar i subspecialist dječje i adolescentne psihijatrije u Zdravom gradu Poreč Iskusna psihijatrica provesti će edukaciju za stručnjake Poreča i Istre na kojoj će govoriti o ADHD-u i sličnim poremećajima, rizicima za ovisničko ponašanje te o specifičnostima tretmana. aktivnosti nsamostalno provode u svojim razrednim odjelima.
15.11. – 15.12.	Predavanje za stručnjake POREMEĆAJI U STRUKTURI OSOBNOSTI DJECE I MLADIH I RIZIK ZA OVISNOSTI	Prof.dr.sc. Mirjana Graovac, spec. psihijatar i subspecialist dječje i adolescentne psihijatrije u Zdravom gradu Poreč Edukacija za stručnjake Poreča i Istre o poremećajima u strukturi osobnosti djece i mladih te o specifičnostima tretmana u prevenciji rizičnih ponašanja.
15.11. – 15.12.	Predavanje za roditelje PREVENCIJA PRETILOSTI, EMOCIONALNOG JEDENJA I POREMEĆAJA HRANJENJA	Psihologinja Zdravog grada Poreč za roditelje učenika 3. razreda u OŠ Finida Predavanje za roditelje usmjereno na prevenciju ovisnosti o hrani i uzimanju hrane za smirivanje neugodnih emocija.
15.11. – 15.12.	Predavanje za roditelje IMAM STAV	Psihologinja za roditelje učenika 6. razreda u OŠ Finida Odnos adolescenata i roditelja, razumijevanje adolescenata i određivanje pravila i granica.
16.11. u 17,30h	Predavanje za roditelje ODRASTI NEOVISAN	Dr. Slavko Sakoman za roditelje 7. i 8. razreda u OŠ Poreč Interaktivno predavanje za roditelje i druge važne odrasle osobe te usmjeravanje odraslih na važnost pružanja podrške zdravom rastu i razvoju djece kako bi odrasli odgovorni i slobodni od ovisnosti.
22.11. u 19h	Predavanje za roditelje POSTAVLJANJE GRANICA U ODGOJU	Psihologinja Zdravog grada Poreč za roditelje u Multimedijalnom centru Sveti Lovreč Interaktivno predavanje za roditelje o tome kada i kako postavljati granice poštujući djetetove potrebe i uvažavajući njegove emocije.
30.11. u 14:15	Predavanje za nastavnike 21. STOLJEĆE U RALJAMA OVISNOSTI	Psihologinja Zdravog grada Poreč za nastavnike u TUŠ A. Štifanića Nastavnici će dobiti informacije o sadašnjim aktualnim trendovima u području ovisnosti
07.12. u 16:30	Predavanje za roditelje ULOGA RODITELJA U ODRŽAVANJU MENTALNOG ZDRAVLJA MLADIH	Psihologinja Zdravog grada Poreč za nastavnike u TUŠ A. Štifanića Nastavnici će dobiti informacije o sadašnjim aktualnim trendovima u području ovisnosti
07.12. u 17:30	Predavanje za roditelje TKO ZAPRAVO POBJEĐUJE?	Školska psihologinja i razrednica u TUŠ A. Štifanića za roditelje učenika 3. THK Predavanje za roditelje o prevenciji kockanja kod mladih.
01.12. – 10.12.	Okrugli stol OVISNOSTI , TEHNOLOGIJA I KRIZA MENTALNOG ZDRAVLJA TRENDOVI, IZAZOVI, MOGUĆNOSTI!	Porečki stručni timovi, ZZJZ IŽ, Obiteljski centar Pazin-Ispostava Pula, predstavnici odvjetništva, sudova, MUP-a i drugih suradnika u Zdravom gradu Poreč Suradnički stručni timovi raspravljat će o izazovima i mogućnostima suradnje u zaštiti mentalnog zdravlja djece i mladih te prevencije ovisnosti, vršnjačkog nasilja i nasilja putem interneta.

Prema zajednici

01.12. – 10.12.	Radio emisije - O EUROPSKOM DANU MUZIKOTERAPIJE i njezinoj primjeni u prevenciji i liječenju ovisnosti, najava MBO - OVISNOSTI I PODRŠKA VAŽNIH ODRASLIH - OVISNOST O ALKOHOLU I KAKO SMO POBIJEDILI - EMOCIONALNO JEDENJE I OVISNOST O HRANI - KOCKANJE – TKO ZAPRAVO POBJEĐUJE?	Stručnjaci Zdravog grada Poreč, vanjski suradnici, nastavnici, učenici SŠ Mate Balota i školski Radio Pegaz, liječeni ovisnici Radio emisije u kojima se široj javnosti govori o rizicima ovisničkog ponašanja, o rizicima odrastanja te odgovornostima odraslih za zdrav rast i razvoj djece i mladih.
15.11. – 15.12.	Akcija MJESEC DOBRIH DJELA	Učitelji i učenici 2. razreda OŠ Poreč Učenici uključeni u višegodišnji projekt razvoja socioemocionalnih vještina Paths – Rastem osmišljavaju i provode 20 aktivnosti s ciljem promocije dobrih djela i odgovornih izbora.
15.11. – 15.12.	Projekt i izložba BOJE IZBORA	Učenici i učitelji OŠ i SŠ Istre, koordinator OŠ Poreč u POU Poreč Likovni natječaj za osnovne i srednje škole Istre na temu Boje izbora u cilju preventivnog djelovanja i promocije zdravih životnih izbora.
15.11. – 15.12.	Aktivnost 1000 DOPISNICA NA 1000 ADRESA	Zdravi grad Poreč i OŠ Poreč Upućivanje dopisnica tiskanih iz dječjih likovnih radova nagrađenih u likovnom natječaju Boje izbora putem kojih će djeca pozivati odrasle na zdrave životne izbore.
29.11. u 18h	Predavanje TEHNOLOGIJA NAPREDAK ILI PUT U PROPAST? POSTPANDEMIJSKI OSVRT	Prof. dr. Ivan Burcar u Obrtničkom domu Poreč Dr. Burcar iz svog osobnog i profesionalnog iskustva govorit će roditeljima i drugim važnim odraslima o utjecaju tehnologije i ovisnosti o tehnologiji na zdravlje djece i mladih s posebnim naglaskom na vrijeme nakon pandemije.

Zahvaljujemo svima koji se uključuju i podržavaju zdrav rast i razvoj mladih Poreča!