

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sieradzu

Published on *MOPS w Sieradzu* (<https://mops.sieradz.eu>)

Strona główna > Łeba 2012

Łeba 2012

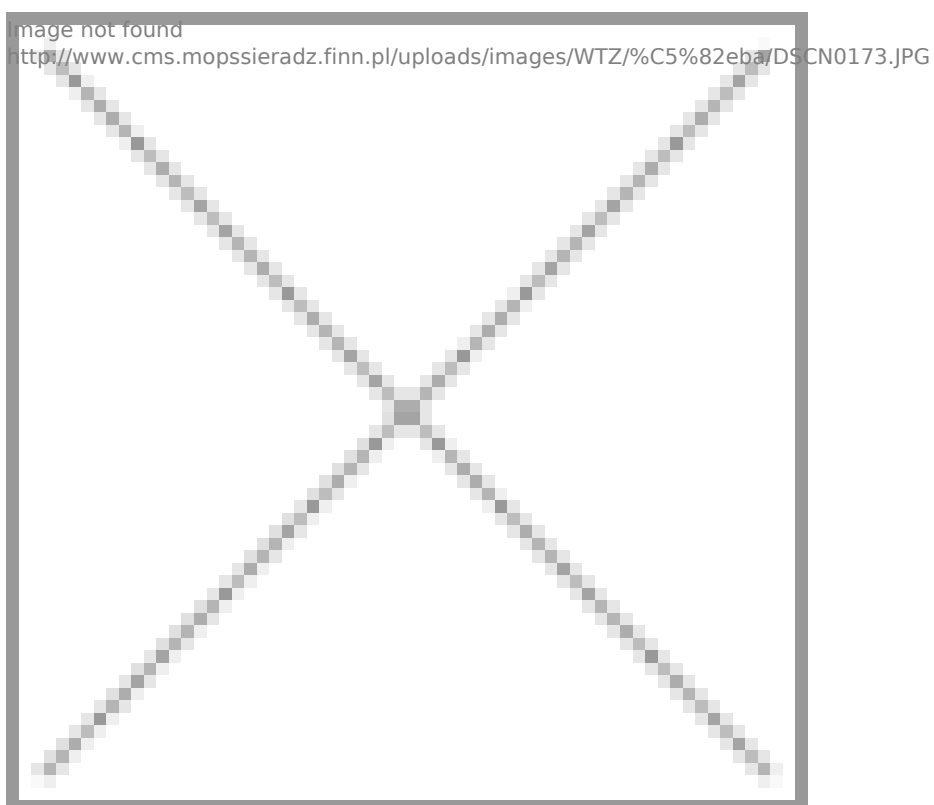
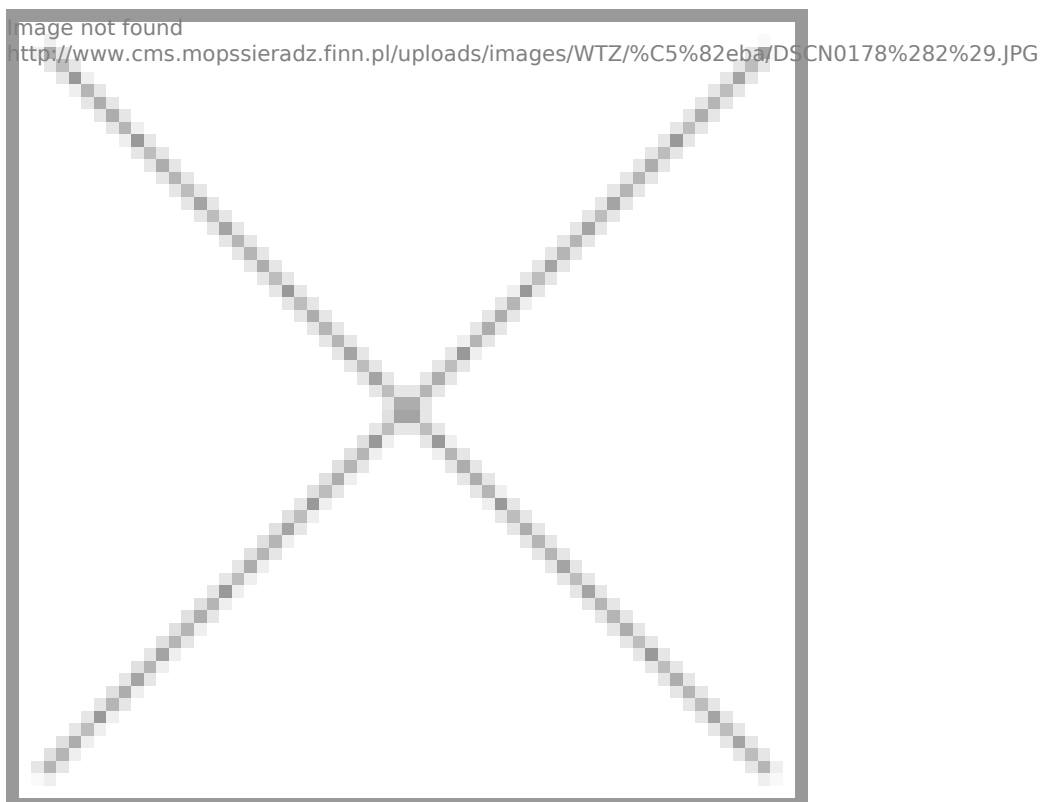
28 - 31. 08. 2012 r. Wycieczka nad morze.

Ostatnie dni sierpnia spędziliśmy nad morzem, realizując program profilaktyczny pod hasłem: „ Zdrowie to podstawa”.

Wycieczkę rozpoczęliśmy od pobytu w Leśnym Parku Kultury i Wypoczynku „Myślęcinek”, gdzie mieliśmy możliwość zwiedzenia zoo w Ogrodzie Fauny Polskiej. To jedyna tego typu placówka, gdzie można poznać bogactwo rodzimej fauny. Obserwowaliśmy zwierzęta żyjące w Polsce, a zwłaszcza te, które trudno jest zobaczyć w naturze chociażby ze względu na ograniczony zasięg występowania lub nocny tryb życia. Pod kierunkiem dydaktyka uczestniczyliśmy w żywej lekcji przyrody na temat: „ Nie zostawiaj mnie przyjacielu. Podsumowanie zajęć odbyło się w salce dydaktycznej, gdzie mieliśmy możliwość dotknięcia żywych zwierząt w tym węża, karalucha, koszatki, żaby, jaszczurki, patyczaka i innych. Zwiedziliśmy także Łebę z przewodnikiem. Braliśmy udział w zajęciach rekreacyjnych i integracyjnych jak wspólne spacerowanie nad morzem, plażowanie, pieczenie kiełbasek przy ognisku, udział w dyskotecie.

Głównym celem naszej wycieczki było zdobycie nowych wiadomości na temat zdrowia. Wiele rozmawialiśmy na temat świadomych zachowań sprzyjających utrzymaniu i ochronie zdrowia, w tym o racjonalnym żywieniu, unikaniu używek, aktywności fizycznej, radzeniu sobie ze stresem, utrzymywaniu czystości ciała i otoczenia oraz poddawaniu się profilaktycznym badaniom medycznym. Przybliżono nam temat wpływu alkoholu, dopalaczy, narkotyków i nikotyny na zdrowie człowieka.

Przeprowadzony konkurs plastyczny potwierdził nabytą przez nas wiedzę na temat zdrowia. Dziękujemy serdecznie władzom miasta za dofinansowanie naszej wycieczki.



Source URL:<https://mops.sieradz.eu/content/%C5%82eba-2012>