

Els centres educatius de Torroella fomenten la vida saludable

TORROELLA DE MONTGRÍ | DDG

El col·legi Guillem de Montgrí, l'institut Montgrí i el Col·legi Sant Gabriel de Torroella de Montgrí desplegaran durant aquest curs el programa «'Sigues tu', eines i actius per a la salut», destinat a fomentar uns estils de vida saludables. Es tracta d'un programa promogut per Dipsalut, que ha estat sol·licitat i concedit a l'Ajuntament de Torroella amb l'objectiu que es pugui aplicar als centres docents de la població.

El programa s'impartirà al CEIP Guillem de Montgrí, (3r, 4t, 5è i 6è de primària), IES Montgrí (3r ESO), Col·legi Sant Gabirel (3r, 4t, 5è i 6è de primària i 1r, 2n, 3r i 4t ESO). D'acord amb les característiques dels alumnes de primària o secundària, es planteja una proposta metodològica ajustada a les realitats dels centres educatius. Així mateix, els centres tenen a la seva disposició un catàleg de recursos amb activitats complementàries destinades a primària i/o secundària. Aquestes activitats tenen com a objectiu el treball de les habilitats per a la vida i els hàbits saludables de forma amena i divertida.

Les habilitats per a la vida (autoconeixement, empatia, assertivitat, relacions interpersonals, presa de decisions, gestió de problemes i conflictes, pensament creatiu i crític, gestió de les emocions, sentiments i gestió de les tensions i l'estrès) són un factor clau en la capacitat de les persones per gestionar la seva vida, la seva salut i la capacitat per relacionar-se amb l'entorn i influir-hi, ha informat l'Ajuntament.

Font del document:

http://www.diaridegirona.cat/baix-emporda/2015/11/11/centres-educatius-torroella-fomenten-vida/752553.html?utm_source=rss