

Projekt profilaktyczny Upright rok szkolny 2023/2024

W naszej szkole ruszył program UPRIGHT –to projekt edukacyjny skierowanym do uczniów szkół podstawowych. Jego głównym celem jest promowanie dobrostanu psychicznego oraz zapobieganie zaburzeniom psychicznym poprzez zwiększenie odporności psychicznej młodzieży.

Ramy programu UPRIGHT obejmują cztery sekcje: uważność , radzenie sobie, skuteczność oraz uczenie się kompetencji społeczno-emocjonalnych.

W sumie uczestnicy przyswoją 14 umiejętności (min. rozwiązywanie konfliktów, asertywność, samokontrola, odpowiedzialność, odporność emocjonalna i społeczna).

Jest on rekomendowany przez Marszałka Województwa Dolnośląskiego i koordynowany przez specjalistów z Wojewódzkiego Szpitala Psychiatrycznego w Złotoryi.

„Celem programu UPRIGHT jest stworzenie mentalnej kultury dobrego samopoczucia w szkołach poprzez holistyczne podejście, skierowane zarówno do dzieci, jak i ich rodzin oraz pracowników oświaty”

Nauczyciele odbyli profesjonalne szkolenia, składające się z części teoretycznej i warsztatowej, zdobyli narzędzia umożliwiające im wdrożenie programu wśród uczniów i rodziców.

Informacje o programie:

<https://umwd.dolnyslask.pl/zdrowie/projekty-eu/projekt-upright/>

<https://uprightprogram.eu/polska/>