



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Agnieszka Puzio-Dębska

---

## Wakacje z profilaktyką

Publikowane od

11.09.2020 12:18:48



Profilaktyka przeciwdziałająca wszelkim uzależnieniom, to również angażowanie się w aktywność fizyczną, zdrową rywalizację sportową, kształtowanie postaw fair play oraz umiejętności nawiązywania zdrowych relacji społecznych, a także animowanie

pozytywnych postaw zdrowego stylu życia. Takim celom służyły projekty zrealizowane w ramach środków Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Mława, służące jednocześnie wypoczynkowi letniemu dzieci i młodzieży.

Większość z projektów skierowana była właśnie do dzieci i młodzieży, ale nie tylko, o czym szerzej w dalszej części, a wraz z końcem wakacji gros z nich dobiegło kresu. Część z dofinansowanych przedsięwzięć nadal trwa i wciąż kusi swoją atrakcyjną ofertą, do skorzystania z której serdecznie zapraszamy.

**Mławskie Centrum Sportów Walki "MCSW" wciąż zaprasza do udziału w projekcie „W zdrowym ciele zdrowy duch”.** Klub proponuje bezpłatne zajęcia sportowe – aikido i brazylijskiego Jiu - jitsu, warsztaty, zajęcia rekreacyjne i edukacyjne dla dzieci i młodzieży. Odbędą się również zajęcia ze specjalistami - spotkania z terapeutą, z dietetykiem i z ratownikiem straży pożarnej. Na zakończenie projektu przewidziana jest impreza integracyjna z pokazem sportów walki.

W czasie wakacji od dnia 23 lipca do 31.08 w zajęciach wzięło udział 35 dzieci i młodzieży. Zajęcia Aikido skierowane były i są dla dzieci od lat 6 do 14. Latem zajęcia prowadzone były w dwóch grupach po 10 osób i realizowane na Mławskiej Hali Sportowej. Podobnie w ramach zajęć Brazylijskiego Jiu – jitsu, kierowanego do młodzieży w wieku 14 - 18 lat, w czasie wakacji również prowadzono dwie grupy zajęć.

Obecnie wciąż zapraszamy na zajęcia Aikido oraz Brazylijskiego Jiu-jitsu dzieci i młodzież. Zajęcia organizowane są w Mławskiej Hali Sportowej oraz w MOSiR (basen). Kontakt do organizatora: (Aikido) tel: 504501150 oraz (Brazylijskie Jiu – jitsu) tel: 510857446. Udział w zajęciach jest bezpłatny i trwa do 30 listopada 2020r.

Zdjęcia z realizacji projektu można zobaczyć [TUTAJ](#).

**Klub Sportowy "Zawkrze Mława"** organizuje stałe zajęcia sportowe jako element profilaktyki zdrowia i profilaktyki uzależnień, proponuje zajęcia piłki ręcznej, siatkowej, treningi lekkoatletyczne.

Ponadto już w czasie wakacji, Klub Sportowy „Zawkrze „Mława”, w ramach organizacji zajęć sportowych jako element profilaktyki zdrowia i profilaktyki uzależnień zorganizował półkolonie sportowo-profilaktyczne. W terminie 17.08-28.08

odbyło się 10 treningów w ramach okresu przygotowawczego przed sezonem 2020/2021. Każdy trening trwał 3 godziny. Zajęcia odbywały się w Hali Sportowej Szkoły Podstawowej nr 6 w Mławie, jeden z treningów odbył się w Mławskiej Hali Sportowej.

W ramach projektu zorganizowano również obóz sportowo-profilaktyczny w Rybnie, który odbył się w terminie 17.08.2020-26.08.2020 r. Uczestniczyło w nim 22 dzieci z sekcji piłki ręcznej i lekkiej atletyki, działających w naszym klubie. Dzieci korzystały także z atrakcji wodnej jaką jest umiejscowiony na jeziorze w Rybnie wodny tor przeszkód.

Zgodnie z harmonogramem w miesiącu wrześniu również odbędą się spotkania ze służbami sanitarno – epidemiologicznymi. Zajęcia są bezpłatne dla uczestników.

Kontakt

do organizatora, e-mail: kszawkrzemlawa@wp [dot] pl  
(kszawkrzemlawa[at]wp[dot]pl).

Zdjęcia z obozu można zobaczyć [TUTAJ](#).

Zdjęcia z półkolonii można zobaczyć [TUTAJ](#).

**Miejski Dom Kultury w Mławie nadal realizuje projekt "Narkotyki bez metryki"** - program profilaktyczny przeciwdziałający uzależnieniu od narkomanii przez dzieci, młodzieży oraz wskazujący seniorom negatywne skutki nadużywania substancji psychoaktywnych, w tym leków, o czym dość szeroko pisaliśmy w poprzednim artykule, załączając fotorelację .Wspomnimy, iż przygotowywane są wykłady również w wersji on-line dostępne w sieci, które przybliżą, na czym polega problem uzależnienia, w tym narkomanii. Pierwsze dwa dostępne na stronie MDK Wśród bogatej oferty projektów kształtujących postawy prozdrowotne jeden z projektów dedykowany był osobom bardziej dojrzałym, a jednocześnie nie mniej potrzebującym wsparcia i profilaktyki zdrowego stylu życia.

Takim zadaniem był **projekt pod nazwą „Kajakiem po Wkrze, po zdrowie i więzi rodzinne”**, realizowany w sierpniu przez Stowarzyszenie „Droga” . wpisując się w jednocześnie w organizację wydarzeń rekreacyjnych i krajoznawczych, sprzyjających wzmocnieniu relacji rodzinnych, koleżeńskich i promocji aktywnych form spędzania czasu wolnego jako element profilaktyki zdrowia i uzależnień, którym to działaniom służy również MPPRPA.

Przypominamy również, że właśnie rozpoczyna się wraz z rokiem szkolnym 2020/2021 **projekt „Hejt - Twoja odpowiedzialność”, dofinansowany w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Mława, realizowany przez Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych "Lepsze jutro"**.

Stowarzyszenie serdecznie zaprasza do udziału w projekcie. Projekt skierowany jest do młodzieży klas 8 szkół podstawowych i będzie realizowany w następujących szkołach: SP 1, SP 4 i SP 7. Celem jest przeciwdziałanie oraz ograniczanie zjawiska przemocy wśród dzieci i młodzieży poprzez działania edukacyjne z elementami socjoterapii oraz niwelowanie skutków pandemii poprzez budowanie równowagi emocjonalnej i odporności psychicznej uczniów.

Dodatkowo organizowany jest konkurs na spot dotyczący hejtu - promujący życie bez przemocy, dla dzieci, młodzieży w wieku 14 - 17 lat. Do 25 września należy dostarczyć

do siedziby Zespołu Ośrodków Wsparcia, ul. Słowackiego 18 na płycie DVD, bądź przesłać na adres lepszejutro2012@wp [dot] pl (lepszejutro2012[at]wp[dot]pl) spot konkursowy, trwający nie dłużej niż 60 sekund. Wygrany spot będzie emitowany w mediach społecznościowych, w internecie, w kinie przed seansami. Zaplanowano także nagrodę rzeczową dla autora najlepszego spotu.

Warto wspomnieć, że w ramach Mławskiego Programu Profilaktycznego zakończono już realizację projektu realizowanego przez **Klub Sportowy "Akademia Piłkarska Nazar"**, który zorganizował aktywne formy wypoczynku dla łącznie dla 33 dzieci w wieku 6 - 12 lat. Zorganizowano dwa turnusy półkolonii w dniach 06-17.07.2020. Klub zaproponował uczestnikom wycieczki wyjazdowe, w tym do parku linowego i stadniny koni, gry i zabawy sportowe, w tym wyjścia na pływalnię, warsztaty techniczne, warsztaty taneczne, pokazy magii i iluzji oraz spotkania z pielęgniarką, z policją, zajęcia z profilaktyki i zdrowego trybu życia.

Zdjęcia z półkolonii można zobaczyć [TUTAJ](#).

Wspomnimy tylko, że w poprzednim artykule szeroko pisaliśmy, załączając obszerną foto relację również z całodniowego **projektu „Chorzy na Sport” realizowanego przez Klub Pływacki Płetwal Mława** nad Zalewem Ruda w dniu 9 sierpnia 2020.

---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/arttykul/wakacje-z-profilaktyka>