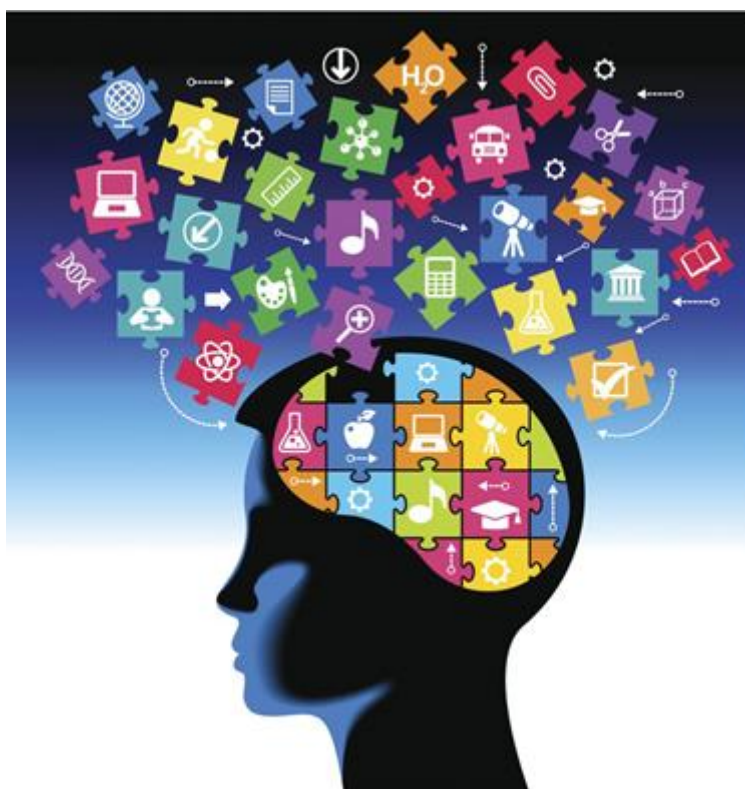


Nazwa innowacji: „Jak pokonać stres - w trosce o mózg !”



Autorzy innowacji: Agnieszka Florczak, Elżbieta Płotek, Aleksandra Rostalska, Żaneta Telega, Małgorzata Urbańska;

Termin realizacji: 25 lutego 2019 – 10 czerwca 2021 roku.

Cel główny innowacji: Nabywanie i rozwój umiejętności skutecznego radzenia sobie ze stresem

Cele szczegółowe:

- poszerzenie wiedzy o budowie i funkcjonowaniu mózgu,
- nabywanie umiejętności rozpoznawania u siebie objawów stresu,
- zwiększenie wiedzy na temat sposobów walki ze stresem oraz poznanie zdrowych sposobów walki ze stresem,
- organizowanie i udział w różnych konkursach
- przystąpienie do ogólnopolskiego projektu „**Stres a nasz mózg – walka do wygrania**”
- realizacja zagadnień z podstawy programowej z zakresu zdrowia i bezpieczeństwa,
- realizacja Tygodnia Mózgu 2020
- zorganizowanie warsztatów z zakresu udzielania pierwszej pomocy.