

„Nakręć się na zdrowie” w Toruniu



[1]

Stowarzyszenie GoSport w toruńskim Forcie IV przy ul. Chrobrego 86 organizuje cykl spotkań turystyczno-krajoznawczych, promujących zdrowy styl życia. W ramach projektu uczestnicy poznają historię Torunia.

Projekt „Nakręć się na zdrowie” będzie realizowany w dniach 9-11 grudnia 2022 r. przy wsparciu Gminy Miasta Toruń. Jego główny cel to kreowanie postaw prozdrowotnych i profilaktyki zachowań ryzykownych. Skierowany jest do młodzieży szkół podstawowych. W ramach wycieczek turystyczno-krajoznawczych odbędą się spotkania przy ognisku, w których udział weźmie psychoterapeuta pracujący w Wojewódzkim Ośrodku Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Toruniu. Podczas pogadań przedstawione zostaną alternatywy dla zachowań bliskim uzależnieniom. Młodzież otrzyma także drukowane materiały profilaktyczne przygotowane przez specjalistów. W efekcie uczestnicy wydarzeń dostaną porcję informacji dotyczących m.in. tego jak radzić sobie z tzw. stresem społecznym oraz przeciwdziałać uzależnieniom behawioralnym. Zaplanowana aktywność podczas wydarzeń będzie miała bezpośredni wpływ na zapobieganie uzależnieniom oraz skutkom zdrowotnym i społecznym wynikającym z uzależnień. Chodzi o ukazanie aktywności i rekreacji, jako atrakcyjnej formy przeciwdziałającej zachowaniom ryzykownym.

Trzy wydarzenia „Nakręć się na zdrowie” w formie zwiedzania z pochodniami Fortu IV, udziału w grze terenowej o tematyce turystyczno-krajoznawczej i spotkania z pasjonatami historii Torunia są alternatywną propozycją dla grupy młodych osób będących w tzw. grupie ryzyka. Na każdym spotkaniu pojawi się przewodnik, który opowie o historii miejsca, przedstawi jego walory turystyczne i krajoznawcze oraz opowie o ciekawostkach związanych z fortyfikacjami. Przewodnikiem będzie Paweł Bukowski - jeden z najbardziej doświadczonych przewodników po Toruniu. Uczestnicy gry będą mieli do wykonania kilka zadań o tematyce profilaktycznej. Po zakończeniu gry wręczone zostaną nagrody oraz odbędzie się spotkanie z psychoterapeutą uzależnień. Całość zakończy wspólne

ognisko z kiełbaskami i ciepłymi napojami.



[2]

Odnosiniki:

[1] https://torun.pl/sites/default/files/nakrec_sie_na_zdrowie.png

[2] https://torun.pl/sites/default/files/pliki/nakrec_sie_na_zdrowie.png