

Program Edukacyjny „ARS czyli jak dbać o miłość”

„ARS czyli jak dbać o miłość jest programem edukacyjnym, którego celem jest bezpieczeństwo uczniów i zwiększenie ich szans na życiowy rozwój. Program jest przeznaczony dla uczniów ponadgimnazjalnych.

Oto lista głównych czynników ryzyka przedwczesnej utraty zdrowia i życia sporządzona przez specjalistów ze Światowej Organizacji Zdrowia przedstawioną w kolejności największego wpływu:

- Alkohol
- Tytoń
- Nadwaga
- Niedobór żelaza
- Zanieczyszczona woda
- Zadymienie pomieszczeń w wyniku spalania paliw stałych
- Zaburzenia ciśnienia krwi
- Niedowaga
- Nieprawidłowy poziom cholesterolu
- Niski poziom spożycia warzyw i owoców

Okazuje się, że większość tych zagrożeń jest związana ze stylem życia ludzi, ich działaniami. Twórcy programu chcą temu zapobiec, zredukować zagrażające czynniki.

Co Państwo mogą zrobić jako rodzice?

1. Najsilniejszym czynnikiem chroniącym przed ryzykownymi działaniami jest więź dzieci i rodziców. Polega ona na stawianiu jasnych granic i dawaniu wsparcia („kochaj i wymagaj”). Państwa dzieci choć są na progu dorosłości nadal potrzebują wychowywania. Nawet gdy dzieci tego nie okazują, nadal potrzebują Państwa w swoim życiu.

2. Dzieci zawsze biorą z nas przykład. Jeśli sami upijamy się, palimy tytoń, nadużywamy środków przeciwbólowych, to nasze dzieci mogą przejąć te zachowania. Czasami warto rozważyć zmianę zachowania, aby nie cierpiały nasze dzieci.
3. Dzieci powinny znać Państwa opinię o zachowaniach ryzykownych. Błędnie sądzimy, że dzieci domyślają się, że potępiamy ich upijanie się czy narkotyzowanie. Przy różnych okazjach dajmy im to jasno do zrozumienia, że nie akceptujemy takich zachowań w trosce o ich dobro.

Wciąż jest aktualne hasło: „Blżej siebie, dalej od narkotyków”. Dom jest miejscem schronienia, pozbawiony przemocy i ryzyka, gdzie każdy czuje się w pełni akceptowany.