

Światowy Dzień Cukrzycy w naszej szkole

14 listopada 2024 r. w naszej szkole odbyły się obchody Światowego Dnia Cukrzycy, zorganizowane w ramach działań prozdrowotnych i profilaktycznych. Celem wydarzenia było zwiększenie świadomości uczniów na temat cukrzycy, jej przyczyn i objawów oraz promowanie zdrowego stylu życia i odpowiedzialnych nawyków żywieniowych.

Podczas zajęć uczniowie poznali objawy oraz przyczyny cukrzycy, a także dowiedzieli się, jak ważne jest wczesne rozpoznanie choroby i szybka reakcja na niepokojące symptomy. Istotnym elementem obchodów była edukacja żywieniowa – uczniowie uczyli się, jak prawidłowo komponować codzienny jadłospis, zwracając uwagę na wartość odżywczą posiłków oraz zawartość cukru w produktach spożywczych.

Dużym zainteresowaniem cieszyła się część praktyczna, podczas której uczniowie zapoznali się z osprzętem cukrzycowym, m.in. glukometrem, sensorami oraz innymi akcesoriami wykorzystywanymi w codziennym funkcjonowaniu osób chorujących na cukrzycę. Uczniowie mieli również okazję przeliczać zawartość cukru w różnych produktach i posiłkach, co pozwoliło im w sposób praktyczny uświadomić sobie, jak wiele cukru znajduje się w popularnych artykułach spożywczych.

W ramach działań profilaktycznych chętnym nauczycielom zmierzono poziom glikemii, podkreślając tym samym znaczenie regularnych badań kontrolnych i dbania o własne zdrowie niezależnie od wieku.

Obchody Światowego Dnia Cukrzycy stanowiły ważny element edukacji zdrowotnej w naszej szkole i przyczyniły się do kształtowania świadomych, odpowiedzialnych postaw prozdrowotnych wśród uczniów oraz całej społeczności szkolnej.