

## Zaproszenie do udziału w projekcie:

Szanowni Rodzice,

Ministerstwo Zdrowia oraz Instytut Matki i Dziecka, w ramach Narodowego Programu Zdrowia realizuje projekt o nazwie „Ocena skuteczności interwencyjno-profilaktycznego programu poprawy zachowań zdrowotnych 15-letnich dziewcząt z wykorzystaniem techniki telemonitoringu” w skrócie ZDROWA JA. Projekt jest skierowany do 15-letnich dziewcząt uczęszczających do II klas szkół gimnazjalnych. Jego głównym celem jest ocena skuteczności programów profilaktycznych skierowanych do młodych osób i naceLOWANYCH na poprawę ich zachowań zdrowotnych. W założeniu projekt ma się przyczynić do: wzrostu zainteresowania dziewcząt zdrowiem swoim oraz otoczenia; bieżącej poprawy aktywności fizycznej; ograniczenia zachowań sedentarnych (związanych z siedzącym trybem życia), tj. spędzania czasu przed komputerem lub telewizorem; poprawy zachowań żywieniowych; rezygnacji z zachowań ryzykownych tj. palenia papierosów, picia alkoholu, czy zażywania narkotyków oraz podniesienia ogólnej wiedzy dziewcząt w zakresie zdrowia. Projekt ma charakter innowacyjny: opaski monitorujące, które otrzymają uczestniczki projektu, to nie tylko narzędzia promujące zdrowie, ale również modny, technologicznie zaawansowany gadżet, który sprawi, że udział w projekcie będzie dla dziewcząt dobrą zabawą.

W imieniu Ministerstwa Zdrowia oraz Instytutu Matki i Dziecka mamy przyjemność zaprosić Państwa córki do udziału w projekcie. Wierzymy, że wzbogaci on ich wiedzę w zakresie zdrowia oraz znacząco przyczyni się do zmiany stylu życia oraz poprawy zachowań zdrowotnych młodzieży. W projekt aktywnie zaangażowani są nauczyciele i pielęgniarki szkolne, aby wspomóc dziewczęta w procesie uczenia się pozytywnych zachowań. Zmiany te będą inwestycją w ich zdrowie dziś i w przyszłości.

Zespół projektu **ZDROWA JA**