

## PIĄTE SPOTKANIE PROJEKTOWE

### w ramach partnerskiego projektu programu Erasmus+: Gesundheit 4.0 – Gesundheit in Schule bedeutet auch Gesundheit im Berufsleben.

Piąte i zarazem ostatnie spotkanie odbyło się w dniach 7-11 maja 2019 w Bielefeld. Gospodarzem spotkania była szkoła Rudolf Rempel Berufskolleg. Tym razem obok nauczycieli w mobilności uczestniczyli uczniowie każdej ze szkół partnerskich

Uczestnikami mobilności obok przedstawicieli strony przyjmującej i delegacji z Zespołu Szkół Ekonomicznych z Rzeszowa byli nauczyciele i uczniowie:, z Luksemburga - Lycee Technique w Ettelbruck, z Austrii - Internationall Business Collage Hetzendorf w Wiedniu oraz Norwegii - Videregaende Skole w Flekkefjord.

Celami finałowego, piątego modułowego spotkania partnerów realizujących projekt były:

- Przedstawienie zmian i wdrożonych programów w poszczególnych szkołach dzięki uczestnictwu w projekcie i wymianie doświadczeń
- Przygotowanie do Dnia Zdrowia – 9 maja i jego realizacja
- Podsumowanie i ewaluacja projektu.

Po powitaniu nauczycieli uczestniczących w spotkaniu przez dyrektorów Rudolf Rempel Berufskolleg, delegacje przedstawiły relację z nowości, które zostały wdrożone w szkołach od ostatniego grudniowego spotkania w Rzeszowie.

Rzeszowski „Ekonomik” poinformował o zrealizowaniu: wykładów i warsztatów nt. zdrowego żywienia z dyplomowanym dietetykiem, przeprowadzeniu akcji: „Jabłko zamiast papierosa” oraz „Wybierz sok nie energetyk”, warsztatów nt prawidłowej sylwetki i wad postawy. Przedstawiono także informację o zakupie wagi do analizy składu ciała. Decyzja o zakupie wagi spowodowana była olbrzymim zainteresowaniem uczniów i nauczycieli w czasie takich pomiarów prowadzonych w ramach „Sportowego Dnia Kobiet”. Poinformowano również, że w czerwcu podczas kolejnej edycji „Szkolnego tygodnia zdrowia” przeprowadzone zostaną m. in. zainspirowane projektem akcje „Dzień bez komórki” oraz „ Hazard – jak się obronić przed nałogiem”. Dodatkowo przygotowano plakaty edukacyjne, dotyczące prawidłowej sylwetki w czasie pracy, zasad zdrowego życia i aktywności, które zostały umieszczone w klasopracowniach oraz na tablicach i w gablotach naszej szkoły

Następnie uczestniczący w mobilności nauczyciele wraz z uczniami zwiedzili szkołę przyjmującą, zapoznali się ze specyfiką oraz warunkami pracy nauczycieli w Bielefeld i zajęli się przygotowaniem warsztatów, które każda szkoła przeprowadzała w czasie Dnia Zdrowia - 9 maja. Tematem zajęć zaproponowanych przez zespół Szkół Ekonomicznych w Rzeszowie był : „See in The Darkness” „ Zobaczyć w ciemności”, czyli kilka ćwiczeń i czynności wykonywanych bez zmysłu wzroku, tak aby uczestnicy mogli zrozumieć jak wygląda świat osób niewidzących.

Inni partnerzy przygotowali warsztaty o następującej tematyce: Luksemburg: Joga – ćwiczenia i medytacja, Austria – Ćwiczenia dla umysłu, Norwegia – Godzina bez komórki, Niemcy - Ćwiczenia redukujące stress

Ponadto uczniowie prezentowali specjalnie przygotowane z okazji Dnia Zdrowia plakaty promujące poszczególne szkoły i zdrowie.

W warsztatach uczestniczyło ponad 200 uczniów Rudolf Rempel Berufskolleg. Przygotowana przez Zespół Szkół Ekonomicznych tematyka zajęć bardzo zaintrygowała uczestników i zainspirowała ich do przemyślenia trudności z jakimi borykają się osoby niedowidzące.

Wszyscy uczestnicy i organizatorzy warsztatów obejrzeli również spektakl słowno – muzyczny dotyczący problemu otyłości i odrzucenia przez grupę rówieśniczą, przygotowany na podstawie bestsellerowej w Niemczech książki młodej dziewczyny a przedstawiony przez autorkę w towarzystwie rockowego bandu.

Na zakończenie Dnia Zdrowia dokonano podsumowania i ewaluacji Dnia Zdrowia, który został oceniony przez uczestników bardzo dobrze – ponad 85% pozytywnych ocen.

Kończącym punktem ostatniego spotkania projektowego był aspekt kulturowy. Tym razem zwiedzono główną fabrykę Dr Ottker, gdzie przedstawiona została uczestnikom historia i rozwój firmy, od apteki do jednego z największych koncernów spożywczych na świecie



