

# **Profilaktyka zdrowia psychicznego**

Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w każdą pogodę* realizuje cele i zadania profilaktyki uniwersalnej oraz promocji zdrowia psychicznego. Jej zadaniem jest wzmocnienie naturalnych zasobów odporności i radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i kryzysowymi.

*Nawigacja w każdą pogodę* została opracowana zgodnie z koncepcją 9 wskazówek. Ich istotą jest wsparcie młodzieży i całego środowiska rodzinnego oraz szkolnego, a także zmotywowanie do wyciągnięcia wniosków z sytuacji kryzysu w taki sposób, aby nie tylko nie pogłębiał trudności na poziomie psychiki, ale też stał się okazją do pozytywnych przemian w życiu młodego człowieka.

Nad realizacją programu czuwały Panie: Danuta Najmrocka i Daria Gawrosińska. Wielkie podziękowania składamy wychowawcom klas za zaangażowanie w program.