

Nabídka témat programu všeobecné primární prevence pro střední školy, střední odborná učiliště a gymnázia

SEXUALITA A TĚLO

Sex bez obav a bezpečně (1. – 3. ročník)

Program se zabývá otázkou vztahů, intimity, komunikace v partnerství. Dále se zaměřuje na osobní hranice, připravenost na sexuální styk, souhlas se sexuálním stykem. V tématu je kladen důraz na legalitu v kontextu pohlavního styku, pornografie. Žáci budou seznámeni s formami pohlavního styku, druhy antikoncepce a způsoby ochrany před neplánovaným těhotenstvím a sexuálně přenosnými chorobami. Pozornost v programu je věnována také řešení obtíží v intimní oblasti, žáci se seznámí s různými specializacemi lékařů, s důležitostí prevence.

LÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI

Bez iluzí (1. – 3. ročník)

Pro mladé lidi je typické experimentování a poznávání neznámého. Jednou z těchto neznámých mohou být i psychoaktivní látky. Program nabízí seznámení se základními skupinami psychoaktivních látek, s jejich účinky na centrální nervovou soustavu a rozdělením dle legislativy. Studenti mají možnost získat informace o rizicích, která se pojí s užíváním psychoaktivních látek, a základní vhled do problematiky závislosti. Nedílnou součástí je také diskuze nad situacemi a motivacemi, které by mohly vést k nadměrnému užívání psychoaktivních látek či přímo k rozvoji závislosti. V rámci programu jsou studentům poskytnuty informace o *harm reduction* postupech v různých situacích, které mohou nastat v reálném životě v důsledku užití psychoaktivní látky.

NELÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI

Když ptáčka lapají, pěkně mu zpívají (1. – 3. ročník)

Program vede k uvědomění, že v dnešní době nelze fungovat zcela bez technologií, které nám ulehčují život v mnoha oblastech. Důležité je však vědět, že všeho moc škodí. Program nabízí diskusi nad možnými riziky, která jsou spojená s nadužíváním technologií, včetně rozvoje závislosti. V rámci programu se studenti dozvědí, jak závislost vzniká, jakých varovných signálů si všimnout a kam se obrátit pro případnou pomoc. Studenti mají dále možnost prodiskutovat, jak na nás působí sociální sítě, čím si získávají naši pozornost a poutají nás k obrazovkám. Poslední část programu je zaměřena na problematiku gamblingu. Studenti si mohou zážitkovou formou vyzkoušet, jaké pocity lze při této činnosti prožívat.

DIGITÁLNÍ SVĚT

Věřte nevěřte (1. – 3. ročník)

Program Věřte nevěřte se věnuje tématu masových médií. Žáci a studenti si utříbí informace o tom, která média se do této kategorie řadí, jak se se dělí a jak fungují (např. veřejnoprávní a soukromá média). Program se věnuje především žurnalistice, důvěryhodnosti a ověřitelnosti informací. Motivuje žáky a studenty ke kritickému přemýšlení nad informacemi, které přijímáme. Vede je k uvědomění, jak nás mohou média ovlivňovat či manipulovat, předává jim prostředky, jak se takové manipulaci bránit.

EMOCE A PSYCHIKA

Buď svým hrdinou (1. – 3. ročník)

Žáci jsou seznámeni s problematikou duševního zdraví, duševního onemocnění a dozvědí se o konkrétních druzích duševních onemocnění včetně poruch příjmu potravy. V rámci programu jsou žáci také seznámeni s tématem psychohygieny a prakticky si vyzkouší konkrétní strategie psychické pomoci. V průběhu bude žákům předáno, na koho se obrátit v případě potřeby psychické pomoci a vysvětleny postupy a typy léčby psychického onemocnění. Program se v průběhu zaměřuje na mýty a fakta a snaží se o destigmatizaci v oblasti duševního zdraví a nemoci.

SPOLUPRÁCE A POZITIVNÍ KLIMA

Na střední jsme prima parta (1. – 2. ročník)

Cílem programu je zprostředkovat žákům společný zážitek se třídou, rozvíjet schopnost spolupráce a podpořit pozitivní klima v třídním kolektivu. Nedílnou součástí programu je i vzájemné poznávání žáků pomocí interaktivních technik.

TOLERANCE A PŘEDCHÁZENÍ RASISMU

8 miliard (1. – 3. ročník)

Na Zemi žije více než 8 miliard lidí. Každý z nás je jiný, jedinečný. Pocházíme z různých kultur, byli jsme jinak vychováni, máme jinou víru, lišíme se vzhledově, pohlavím, sexuální orientací, věkem nebo např. fyzickými a dalšími schopnostmi a možnostmi. Máme rozličné zájmy, zkušenosti, pocity a názory. Problém nastává, když mezi lidmi kvůli jejich vzájemným odlišnostem vzniká strach a nenávisť. Program 8 miliard se zabývá naší identitou a její mnohovrstevností. Dále má za cíl nabourávat předsudky a stereotypy, věnuje se diskriminaci a extremismu, jejich příčinám a následkům. Podporuje žáky a studenty ve vzájemném porozumění a vnímání lidské různorodosti jako obohacení, dává jim nástroje, jak se navzájem podporovat.
