



Καλή Υγεία για Καλύτερη Ζωή

Εισαγωγή



2 Καλή Υγεία για Καλύτερη Ζωή

Εισαγωγή

"Υγεία είναι η πλήρης σωματική, ψυχική και κοινωνική ευεξία του ανθρώπου και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας".

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας "Αγωγή Υγείας είναι μια διαδικασία που στηρίζεται σε επιστημονικές αρχές και χρησιμοποιεί προγραμματισμένες ευκαιρίες μάθησης, οι οποίες δίνουν τη δυνατότητα στους ανθρώπους, όταν λειτουργούν ως άτομα ή ως σύνολο, να αποφασίζουν και να ενεργούν συνειδητά για θέματα που επηρεάζουν την υγεία τους". Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Ένωση, "Προαγωγή Υγείας είναι η διαδικασία που δίνει τη δυνατότητα στους ανθρώπους να ελέγχουν και να βελτιώνουν την υγεία τους". Για τα παιδιά, το μεγαλύτερο μέρος της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας περιλαμβάνει την παρακολούθηση της υγείας και της πορείας της ανάπτυξης, την πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση αλλά και την εκπαίδευση και υποστήριξη των γονέων στο μέγιστο των παιδιών και την εξέλιξη της οικογένειας.

Η πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας αποτελεί βασικό πυλώνα της φροντίδας υγείας.

A. Η σημασία της Αγωγής Υγείας

Η Αγωγή Υγείας έχει ως στόχο την αναβάθμιση του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος έτσι ώστε να επιδρά θετικά στην ανθρώπινη υγεία, καθώς και στη διαμόρφωση υγιεινών στάσεων και συμπεριφορών. Η Αγωγή Υγείας δεν επιβάλλει συμπεριφορές αλλά δίνει τη δυνατότητα στους πολίτες να αποφασίσουν ελεύθερα για την υγεία τους προσφέροντάς τους όλη την απαραίτητη γνώση και την επιστημονική τεκμηρίωση που χρειάζεται με απλό και κατανοητό τρόπο. Έτσι λοιπόν ως γονείς αλλά και ως εκπαιδευτικοί πρέπει να συμβάλλουμε ώστε να κατανοήσουν τα παιδιά από μικρή ηλικία τη σπουδαιότητα της Υγείας και να αποκτήσουν δεξιότητες σχετικά με την πρόσπιση και την προαγωγή της.

B. Υγεία & Βιώσιμη Ανάπτυξη

Σύμφωνα με τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών η διασφάλιση υγιών συνθηκών διαβίωσης καθώς και η προαγωγή της ευημερίας για όλους και σε όλες τις ηλικίες είναι απαραίτητες για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη. Μέχρι σήμερα έχουν γίνει σημαντικά βήματα για την αύξηση του προσδόκιμου ζωής ενώ έχουν μειωθεί σημαντικά ορισμένοι από τους παράγοντες που σχετίζονται με την παιδική και τη μητρική θνησιμότητα. Αντίστοιχα, η σπουδαία πρόοδος που έχει συντελεστεί στην αύξηση της πρόσβασης σε καθαρό νερό και σε εγκαταστάσεις αποχέτευσης έχει οδηγήσει στη μείωση της ελονοσίας, της φυματίωσης, της πολιομυελίτιδας καθώς και της εξάπλωσης του HIV/AIDS. Ωστόσο, χρειάζονται ακόμα περισσότερες προσπάθειες για την πλήρη εξάλειψη ενός μεγάλου φάσματος ασθενειών καθώς και για την αντιμετώπιση πολλών, διαφορετικών και επίμονων ζητημάτων υγείας που ανακύπτουν.

Ο Στόχος 3 της Βιώσιμης Ανάπτυξης "Διασφαλίζουμε μία ζωή με υγεία και προάγουμε την ευημερία για όλους, σε όλες τις ηλικίες" επιδιώκει μεταξύ άλλων τη μείωση κατά το ένα τρίτο της πρόωρης θνησιμότητας από μη-μεταδοτικές ασθένειες μέσω της πρόληψης και της θεραπείας και προώθηση της ψυχικής υγείας και ευημερίας. Όπως επίσης η επιδίωξη της ενίσχυσης της ικανότητας όλων των χωρών για την έγκαιρη προειδοποίηση, τη μείωση και τη διαχείριση των εθνικών και παγκόσμιων κινδύνων για την υγεία.



Όπως όλοι αντιλαμβανόμαστε...

η ευαισθητοποίηση και η γνώση των παιδιών μας σε θέματα πρόληψης για τη διατήρηση της καλής υγείας έχει ιδιαίτερη αξία και σημασία.



ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΣ
ΣΤΟΧΟΣ

3

ΚΑΛΗ ΥΓΕΙΑ & ΕΥΗΜΕΡΙΑ



education / participation / community engagement

Το εκπαιδευτικό τμήμα του QualityNet Foundation συμβάλλει στη δημιουργία των ενεργών πολιτών του αύριο μέσα από την ανάπτυξη καινοτόμων προγραμμάτων και δράσεων.

Τηλ.: 210-6898593, e-mail: info@qualitynet.gr

www.inactionforabetterworld.com

www.qualitynetfoundation.org

