

Kuratorium Oświaty w Warszawie

<https://www.kuratorium.waw.pl/pl/dyrektor-i-nauczyciel/doskonalenie-i-ksztalc/19552,Program-edukacyjny-Zyje-Zdrowo-bezplatne-wsparcie-dla-szkol.html>
13.02.2026, 15:01

Program edukacyjny „Żyję Zdrowo” – bezpłatne wsparcie dla szkół.

Program skierowany jest do nauczycielek i nauczycieli klas 4–8 szkół podstawowych.

Fundacja ORLEN we współpracy z Centrum Edukacji Obywatelskiej, pod honorowym patronatem Minister Edukacji realizuje ogólnopolski program edukacyjny „Żyję Zdrowo”. Program skierowany jest do nauczycielek i nauczycieli klas 4–8 szkół podstawowych.

Udział w programie jest całkowicie bezpłatny. Inicjatywa stanowi praktyczne wsparcie dla dyrekcji oraz kadry pedagogicznej w realizacji edukacji zdrowotnej. Działania koncentrują się na pięciu filarach zdrowia:

- > Ruch
- > Zdrowe odżywianie
- > Higiena cyfrowa
- > Emocje i relacje
- > Redukcja stresu

W ramach programu udostępniane są:

- > podcasty i filmy edukacyjne,
- > gotowe scenariusze lekcji oraz materiały do wyzwań klasowych i akcji szkolnych,
- > materiały motywacyjne dla uczniów (dzienniczek dobrych nawyków, plakat),
- > warsztaty stacjonarne i webinary,
- > grupa wsparcia dla nauczycieli,
- > wydarzenia specjalne, w tym Wirtualny Tydzień dla Zdrowia i Festiwal dla Zdrowia.

Istnieje możliwość współorganizacji stacjonarnych warsztatów merytorycznych dla nauczycieli w regionach (3 godziny, grupy 25–30 osób, terminy od 2 marca do 12 czerwca).

Szczegółowe informacje dostępne są na [stronie programu](#).

Zapytania proszę kierować na adres e-mail: zyjezdrowo@ceo.org.pl

