

Practice! Play! Promote!

Practice! Play! Promote! је организована размена младих од стране неформалне групе “Youth for Methoni” из Грчке.

У програму је учествовало 5 држава: Бугарска, Србија, Мађарска, Северна Македонија и наравно Грчка.

Пројекат има следеће циљеве:

- освестити учеснике о важности здравог и активног начина живота;
- натерати учеснике да развију акције за борбу против гојазности кроз организовање и кампање у Метонију;
- омогућити учесницима да користе Петанку као алат за активно провођење времена на отвореном;
- да повећају самопоштовање и самопоштовање младих.

То је међународни састанак током којег млади добијају прилику да уче једни од других и размењују искуства.

Имају прилику радити у мултикултуралним тимовима и изградити властиту европску мрежу.

Што више међусобно делимо, више учимо једни од других.

ПРВИ ДАН

Увод у програм
Упознавање учесника
Страхови и очекивања
Градска игра



ДРУГИ ДАН

Упознавање учесника

“Youth pass” и “Erasmus session”

Културно вече: Мађарска



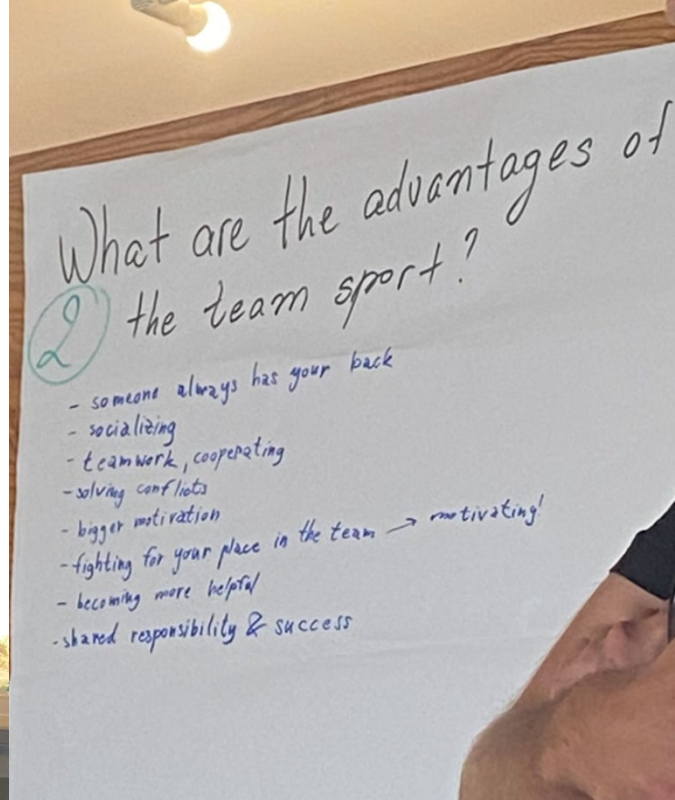
ТРЕЋИ ДАН

Спортови – за и против

Необични спортови

Петанка

Културно вече: Македонија



ЧЕТВРТИ ДАН

Шта значи гојазност?

Наш спорт

Петанка

Културно вече: Бугарска



② How does obesity affect your mental and physical health?

Mental health:

- * Shy
- * Without self-respect
- * Fears of achieving a goal
- * Suicide thoughts
- * Depression
- * Low self-esteem
- * a-social
- * jealous
- * prevents from being happy

Physical health:

- * Heart problems
- * Problems with ligaments
- * Hard breathing
- * High level of sugar in blood (diabetes)
- * Bone problems
- * Problem to be active

**mood swings*
**they limit themselves*
**BALKAN SYNDROME (MUTRAS)*
-CAN'T find PROPER sized clothes
-making fun of them

Difficulty moving & performing tasks
it's the cause of almost
all cases

(drawing of a person with a large belly)

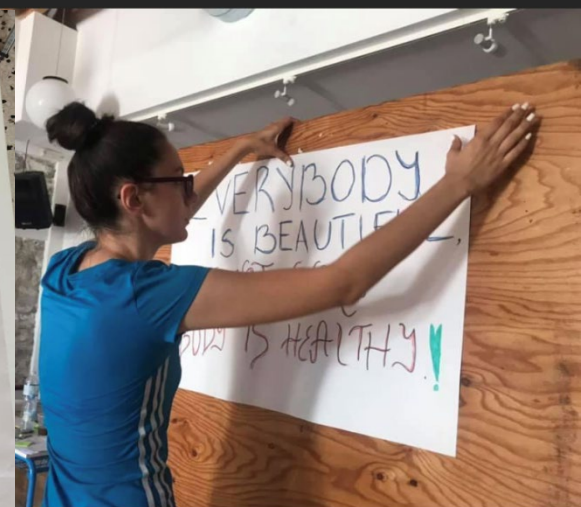
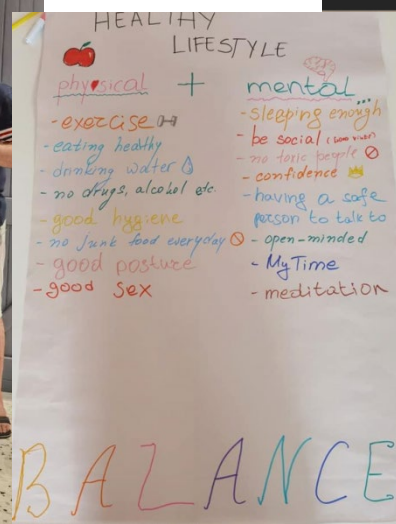
ПЕТИ ДАН

Здрава исхрана

БМИ–Индекс телесне тежине

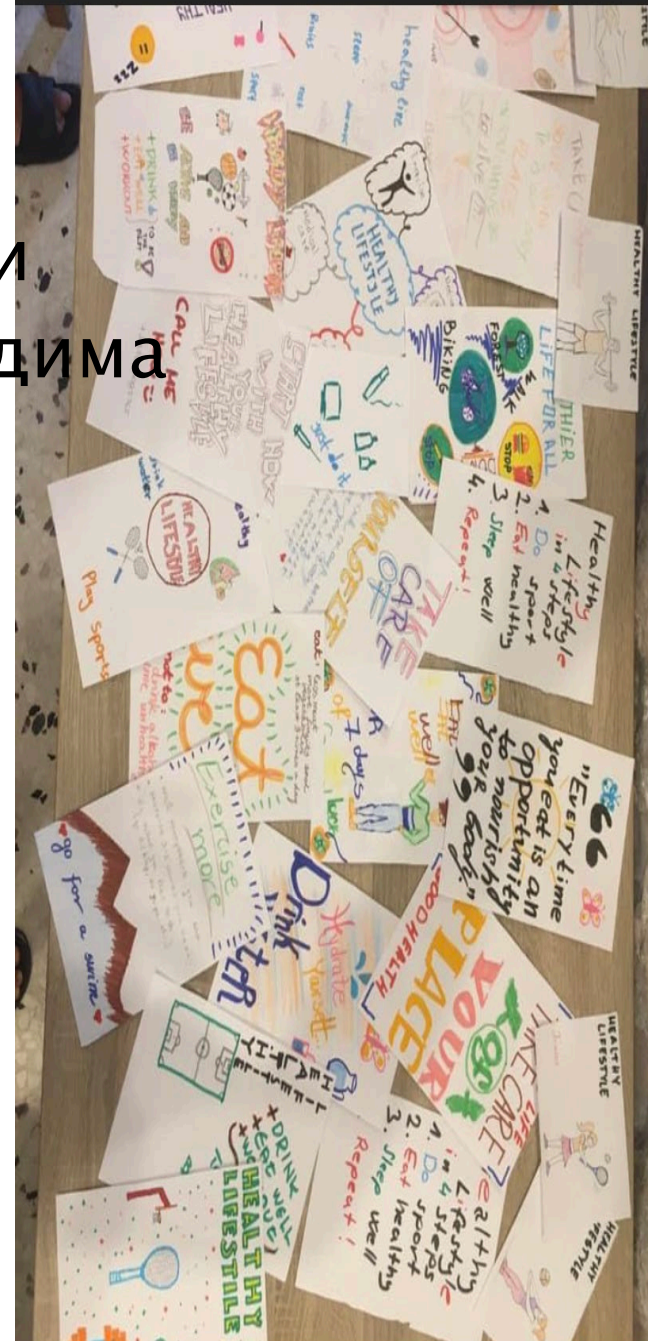
Петанка

Културно вече: Србија



ШЕСТИ ДАН

Промовисање физичке активности
Тренинг петанке са локалним људима
Припрема за завршни догађај
Културно вече: Грчка

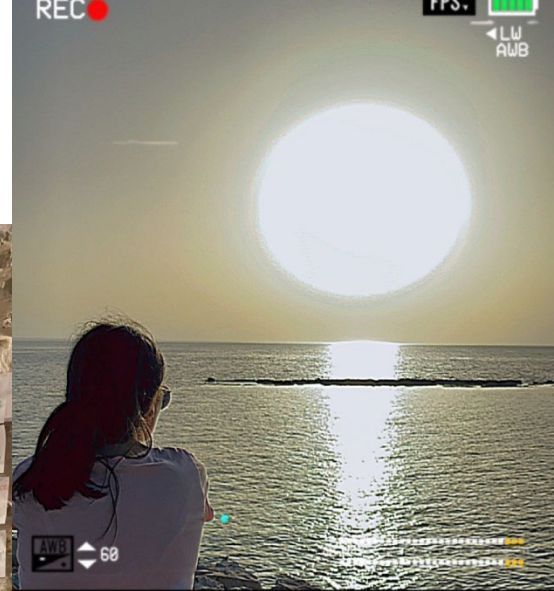


СЕДМИ ДАН

Кампања здравог начина живота
Планирани пројекти у будућности
Успомене са пројекта
“Youthpass” церемонија



УСПОМЕНЕ





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

