

- A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.
- A projekt célja, hogy a tanulóink érdeklődését, aktivitását fenntartva bővüljenek az egészséges életmóddal kapcsolatos ismereteik, szerezzenek tapasztalatokat az egészséges életmód alapjairól, valamint az egészséges életvitelhez szükséges készségek elősegítése, kialakítása.
- A projekt fő tevékenységei, programjai két központi elem, az egészséges táplálkozás és a mozgás köré csoportosulnak:
- Az egészséges élelmiszerek megismerését, elkészítését célzó interaktív előadással célunk kialakítani a gyermekek tudatában az egészségtudatot, megismertetni a gyerekekkel azokat az élelmiszercsoportokat, melyek az egészség megőrzésében nagy szerepet játszanak.
 - Bekapcsolódunk az ivóvíz fogyasztásának népszerűsítését célzó program keretében az OÉTI által meghirdetett HAPPY programhoz, melynek fő célja az ivóvíz fogyasztásának népszerűsítése.
 - Helyes test és száj higiénés szokások kialakítását támogató programban az egészségnevelés területén törekszünk az egészséges életmóddal kapcsolatos attitűd, a tudatos egészségmagatartás kialakítására.
 - Ma már alapintelligenciánk része kell, hogy legyen a közlekedési szabályok ismerete és tapasztalatok szerzése a különféle sérülések megelőzésében. A program célja a tanulók elméleti ismereteinek bővítése, gyakorlati készségeinek fejlesztése és azok tudatosítása.
 - Kisfilm és plakátok készítésével kampányolnak diákjaink társaiknak az egészséges életmód fontosságáról, melyben megfogalmazhatják, megjeleníthetik saját tapasztalataikat, élményeiket, véleményüket illetve adott problémára vagy problémakörre keresnek választ.
 - Flashmob, azaz a villámcsődület szervezésével az egészséges életmód – a táplálkozás és a mozgás fontosságára kívánjuk felhívni a figyelmet.
 - Az óráközi tornák szervezésével célunk a tanulók fizikai aktivitásának növelése, az óráközi pihenőidő tartalmas eltöltése, közösségi élmény nyújtása és pozitív magatartásminták közvetítése.
 - A szabadidősport jellegű egészségfejlesztő mozgásformaként az úszást és a nordic walkingot választottuk. Az úszással az egészségfejlesztő, a testmozgás iránti igény viselkedésbe épülését szolgáló és a fizikai aktivitásban gazdag életmódra nevelés a célunk, amely a mozgásélmény és mozgástapasztalat megszerzésére helyezi a hangsúlyt.
 - A nordic walking egy új mozgásforma, amely iránt nagy az érdeklődés. Nemcsak az élettani hatása miatt, hanem a divat miatt is. A mozgásnak az összetett mozgásait figyelembe véve úgy ítéljük meg, hogy ez a mozgásforma megfelel a széles tanulói rétegek igényeinek.
 - Sportnapok szervezésével célunk az egészséges életmód iránti igény felkeltése, a mozgás pozitív élményének megszerzése és kialakítása, minél nagyobb tömeg megmozgatása, új mozgásformák és sporteszközök megismerése és kipróbálása, az egészséges versenyszellem kialakítása.
 - Az egészségnapok célja, hogy felkeltse az érdeklődést az egészséges életmód iránt. A résztvevő tanulók egészségtudatos életvezetéséhez szükséges kompetenciái fejlődjenek, tapasztalatokat és ismereteket szerezzenek az életminőség javulásához szükséges területeken.
 - A Hétp próbák országos eseménysorozaton való részvétel lehetőséget ad arra, hogy a résztvevő gyerekek a mozgás mellett közösségi élményeket szerezzenek. A próbák az egészségre neveléshez szükséges ismereteken kívül hasznos és élményekben gazdag szabadidős tevékenységet is kínálnak.
 - Az előadások, tréningek célja a megvalósításban részt vevő felnőttek képesek legyenek saját érzéseik, konfliktusaik felismerésére, kezelésére, s tudják önállóan, csoportban is tudják használni a megtanult módszereket, gyakorlatokat.

