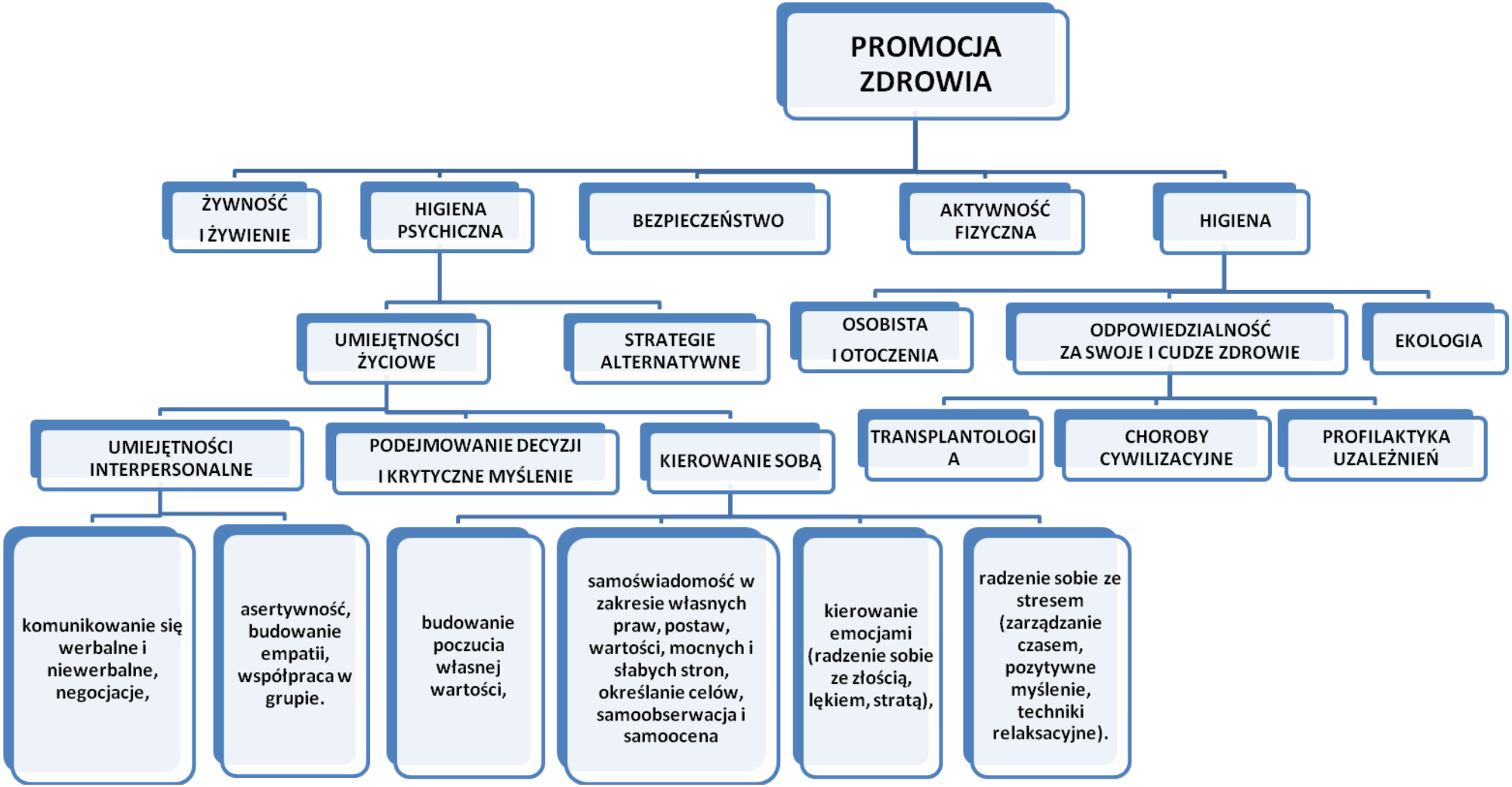
PROMOCJA ZDROWIA
ŻYWNOŚĆ I ŻYWIENIE
HIGIENA PSYCHICZNA
BEZPIECZEŃSTWO
AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA
HIGIENA
UMIEJĘTNOŚCI ŻYCIOWE
STRATEGIE ALTERNATYWNE
OSOBISTA I OTOCZENIA
ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA SWOJE I CUDZE ZDROWIE
EKOLOGIA
UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNE
PODEJMOWANIE DECYZJI I KRYTYCZNE MYŚLENIE
KIEROWANIE SOBĄ
TRANSPLANTOLOGIA
CHOROBY CYWILIZACYJNE
PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ
komunikowanie się werbalne i niewerbalne, negocjacje,
asertywność, budowanie empatii, współpraca w grupie.
budowanie poczucia własnej wartości,
samoświadomość w zakresie własnych praw, postaw, wartości, mocnych i słabych stron, określanie celów, samoobserwacja i samoocena
kierowanie emocjami (radzenie sobie ze złością, lękiem, stratą),
radzenie sobie ze stresem (zarządzanie czasem, pozytywne myślenie, techniki relaksacyjne).