

Titl.
Riaditeľstvo
stredných škôl a gymnázií
v okrese Ružomberok

Vec

Ponuka zdravotno – výchovných aktivít

Vážený pán riaditeľ, pani riaditeľka

pracovníci Oddelenia podpory zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva so sídlom v Liptovskom Mikuláši ponúkajú v spolupráci s Centrom voľného času Elán v Ružomberku Vám ponúkajú v školskom roku 2009/2010 zdravotno-výchovné aktivity pre študentov zamerané na vybrané problémy spôsobu života študentov. Našou snahou je pomôcť Vám prispievať k zvýšeniu zdravotného uvedomenia študentov a k ich telesnému aj duševnému zdraviu.

Ide o prednášky a besedy na nasledovné témy:

- 1.Motivácia k správnym pohybovým zvyklostiam, posúdenie držania tela.
- 2.Vplyv alkoholu na organizmus človeka – prevencia agresívneho správania.
- 3.Riziká fajčenia - nikotín ako silná droga.
4. Výživa posilňujúca duševnú a telesnú výkonnosť.
5. Škodlivý vplyv solárií a nadmerného slnečného žiarenia.
6. Úrazy.
7. Prevencia srdcovo – cievnych ochorení zdravým spôsobom života.
8. Prevencia HIV, AIDS.

Organizátor:	Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Liptovskom Mikuláši, Oddelenie podpory zdravia.
Spoluorganizátor:	Centrum voľného času Elán Ružomberok, Oddelenie techniky a prírodovedy
Prenášajúci:	MUDr. Benková, Mgr. Kossúthová a Bc. Švandová
Miesto konania a potrebné pomôcky:	besedy sa budú konať v priestoroch Vašej školy, bezplatne, v rozsahu jednej až dvoch vyučovacích hodín / podľa dohody /. Pri besedách bude požívaný notebook a dataprojektor. Ak niektorá škola nemá k dispozícii uvedené pomôcky, je treba túto skutočnosť nahlásiť vopred, pri nahlasovaní a dojednaní termínu s pracovníčkami CVC Elán.

- Termín konania: podľa dohody v priebehu školského roka, záujem o besedu je potrebné nahlásiť **aspoň 2 týždne pred požadovaným termínom** na telefónnom čísle **432 38 00** / CVČ Elán, Dončova 1, oddelenie techniky a prírodovedy / alebo e-mailom: cvcrbk@gmail.com
- Účastníci: predpokladaná účasť kolektívu, 1 triedy - 30 študentov.
- Poznámka: k prednáške na tému – Motivácia k správnym pohybovým zvyklostiam, posúdenie držania tela – je potrebné zabezpečiť telocvičňu so zrkadlom.
- Vybavuje: Ing. Juhášová, Mgr. Tokáriková

Ing. Tatiana Juhášová
OTaP CVČ Elán