



Zdrowie w Szkole

Bezpłatne warsztaty edukacyjne
dla gdańskich placówek oświatowych

- pakiet trzech 45 – minutowych warsztatów do wyboru
- realizacja na terenie placówki oświatowej
- warsztaty skierowane do wybranej grupy odbiorców (nauczycieli, rodziców i uczniów)
- szeroki zakres tematów z obszaru zdrowia: dietetyki, aktywności fizycznej, psychologii oraz zdrowia publicznego i in.
- zajęcia prowadzone przez specjalistów z wieloletnim doświadczeniem

Możliwość **skorzystania z bezpłatnych warsztatów** wiąże się z uzyskaniem **odpowiedniej frekwencji** w badaniach przesiewowych realizowanych na terenie placówki oświatowej.



Daria Mirosławska
nr tel. 795 703 935;
58 340 88 59
daria.miroslawska@gmail.com
www.dlazdrowia.uck.gda.pl

Zachęcamy do skorzystania z bezpłatnych programów zdrowotnych



Diagnostyczno-edukacyjny program promocji zdrowia dedykowany dzieciom 6-letnim i ich rodzicom. Realizowany w siedzibie Gdańskiego Ośrodka Promocji Zdrowia.

Dzieci wraz z rodzicami podczas spotkania ze specjalistami otrzymują diagnozę i poradę w zakresie: psychologicznym, oceny słuchu i wzroku, żywieniową, oceny wydolności i sprawności fizycznej, lekarską (w tym ocena procesu kształtowania postawy ciała). Zadaniem programu jest przygotowanie indywidualnego, odpowiednio dobranego do zdiagnozowanych potrzeb dziecka Planu Postępowania Zdrowotnego.

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej www.opz.gdansk.pl/kierunek-zdrowie



Program dedykowany uczniom gdańskich szkół podstawowych. Realizowany jest na terenie gdańskich placówek oświatowych przez specjalistów z GOPZ.

Program ma charakter edukacyjno-diagnostyczny, oparty na zestawie badań przesiewowych pozwalających ocenić wiele parametrów stanu zdrowia dziecka: masę i skład ciała, wydolność fizyczną, postawę ciała, pomiar ciśnienia tętniczego, pomiar i ocenę wzrastania. Wyniki przeprowadzonych testów pozwalają na przygotowanie indywidualnego dla każdego dziecka planu postępowania zdrowotnego obejmującego promowanie aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania i właściwych nawyków służących utrzymywaniu prawidłowej postawy ciała i masy ciała oraz w razie konieczności zlecenie działań kompensacyjno-korekcyjnych lub rehabilitacyjnych. Karta badań zawiera, obok informacji diagnostycznych, treści z zakresu edukacji zdrowotnej oraz zalecenia i praktyczne porady lekarza prowadzącego badania.

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej www.opz.gdansk.pl/zdrowy-uczen



Kompleksowy program nastawiony na długofalową zmianę zachowań zdrowotnych u dzieci z nadmiarem masy ciała w wieku 6 – 14 lat i ich rodzin.

Działania programu mają na celu poprawę stanu zdrowia gdańskich dzieci poprzez wczesne wykrycie i eliminację czynników ryzyka rozwoju chorób cywilizacyjnych. Dzieci zakwalifikowane do programu są objęte opieką interdyscyplinarnego zespołu, który realizuje kompleksowy program interwencyjno-edukacyjny w zakresie diety, aktywności fizycznej oraz budowania pozytywnych zachowań zdrowotnych.

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej www.dlazedrowia.uck.gda.pl



W ramach programu wspieramy placówki oświatowe w kwestii zdrowego żywienia. Dzięki aplikacji mobilnej i stronie internetowej umożliwiamy rodzicom sprawdzenia jaki posiłek danego dnia został przygotowany w przedszkolu, czy szkole. Pozwoli to zaplanować posiłki w domu, dbając o różnorodność i prawidłowe ich zbilansowanie w ciągu dnia. Nieograniczony dostęp do jadłospisów w placówce to zarówno źródło wiedzy o tym co jedzą nasze dzieci jak i doskonałe narzędzie do planowania posiłków uzupełniających w domu.

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej www.jemyzdrowo.edu.pl

Programy w całości finansowane są ze środków Miasta Gdańsk.

