

POSKRIBIMO DANES ZA ZDRAVJE NAŠIH MLADOSTNIKOV JUTRI

Poskrbite za zdravje vašega otroka in še danes
obiščite spletno stran

www.ZDAJ.net



Tu boste našli strokovne
nasvete in odgovore na
vprašanja o:

- razvoju otroka,
- zdravih navadah,
- preprečevanju poškodb,
- izzivih odraščanja,
- vsebini preventivnih pregledov,
- uporabi elektronskih naprav

... in še veliko več.

Program preventivnega zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov - Program ZDAJ nosi osrednje sporočilo: delovanje za zdravje otrok in mladostnikov je ključno za zdravje aktivnega in starajočega se prebivalstva.

Vsebine programa izvajajo zdravstveni domovi v sklopu projekta Krepitev zdravja za vse:

Nadgradnja in razvoj preventivnih programov ter njihovo izvajanje v primarnem zdravstvenem varstvu in lokalnih skupnostih.

Ali veste,

da telesna dejavnost šolarja sprošča, povečuje sposobnost koncentracije in pomnenja, spodbuja ustvarjalnost in zmanjšuje agresivnost?



Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada. Gradivo je bilo pripravljeno v sklopu projekta MoST.

ZDAJ ZDRAVJE
DANES
ZA JUTRI

Preberite si nasvete o zdravju vašega otroka, seznanite se s storitvami Programa preventivnega zdravstvenega varstva otrok in mladostnikov

Preventivni pregledi otrok in mladostnikov



Namen preventivnih zdravstvenih pregledov je celostna ocena zdravstvenega stanja otroka. Vsebina pregleda se razlikuje glede na starost otroka, pregledu pa sledi pogovor z otrokom in starši in svetovanje oz. napotitev na nadaljnjo obravnavo.

Preventivni pregledi si sledijo, kot je predstavljeno v shemi.

Vsebine se lahko nanašajo na zdravo prehrano in gibanje, duševno zdravje, dobre medosebne odnose, zasvojenosti, odraščanje, zdravo spolnost, skrb za ustno zdravje, zdravo pokončno držo, osebno higieno, preprečevanje poškodb, samopregledovanje dojč/mod in druge vsebine.

Sodelujejo pa tudi z mladostniki ali mladimi odraslimi, ki niso zaključili rednega šolanja in so vključeni v Projektno učenje za mlade odrasle.

Za izvedbo dejavnosti na šolah se lahko obrnete na vaš center za krepitev zdravja.

Vzgoja za zdravje



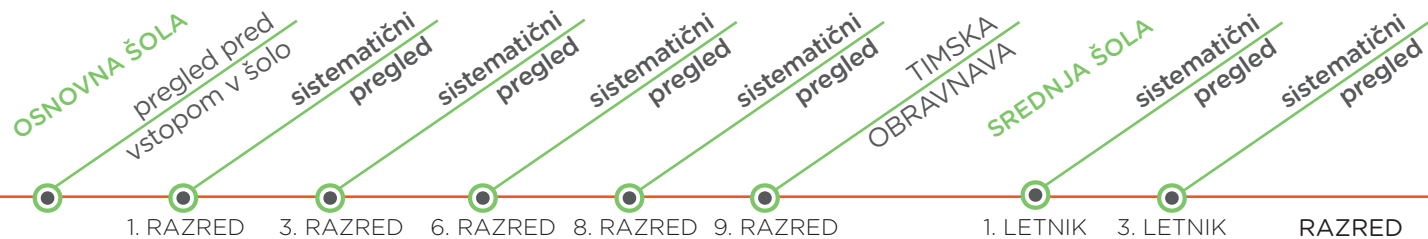
Ustrezno otrokovemu razvoju in odraščanju se izvaja na različnih ravneh in okoljih ter za različne ciljne skupine. Izvaja se lahko v zdravstvenih ali vzgojnoizobraževalnih ustanovah pa tudi v lokalni skupnosti, skratka povsod, kjer otroci živijo, se družijo, igrajo in učijo.

Strokovnjaki iz centra za krepitev zdravja redno sodelujejo z lokalnimi osnovnimi in srednjimi šolami. Izvajajo predavanja, delavnice, pogovore z različnih področij zdravja in zdravega načina življenja za šolarje, dijake kot tudi za starše in pedagoške delavce.

NOVOST! Nadgradnje preventivnih pregledov

Vaš zdravstveni dom izvaja nadgrajene preglede v okviru rednih preventivnih pregledov otrok in mladostnikov. Namen izvajanja nadgrajenih vsebin je:

- zgodnje odkrivanje ogroženih za nastanek kroničnih bolezni, povezanih z neustreznim življenjskim slogom (poudarek na prehranjevalnih navadah in telesni dejavnosti),
- usmerjanje v zdravstvene obravnave, vključno z informiranjem in motiviranjem za aktivno skrb za zdravje v sodelovanju z družino in šolo,
- zagotavljanje celostne obravnave.



NOVOST!

Družinska obravnava za zdrav življenjski slog

Za otroke in mladostnike, pri katerih je v okviru preventivnega pregleda ugotovljena čezmerna teža ali zmanjšana telesna zmogljivost, ter njihove starše, vaš center za krepitev zdravja izvaja dodatne aktivnosti.

Zdrav življenjski slog otroka in družine

Delavnica je namenjena učencem 3. in 6. razredov izbranih osnovnih šol, ki so bili prepoznani kot ogroženi za nastanek kroničnih bolezni ter njihovim staršem. Namenjena je tudi tistim otrokom in staršem, ki zaradi kakršnih koli razlogov ne morejo biti vključeni v poglajeno obravnavo.

Obravnavane so teme prehrane, telesne dejavnosti, psiholoških vidikov, spanja in uporabe elektronskih naprav.

Poglobljena obravnava

Skupinska srečanja za otroke in njihove starše, ki so se odločili za sodelovanje, izvajajo kineziolog, dietetik in psiholog iz centra za krepitev zdravja. Po potrebi se, vzporedno s skupinskimi srečanji, posamezni strokovnjaki odločijo tudi za individualne posvete s posameznimi družinami.

V času trajanja in po zaključku obravnave pediater redno spremlja napredek otrok in njihovih družin.

