

EU PROJEKT, MOJ PROJEKT »KREPITEV ZDRAVJA ZA VSE«

PROGRAM AKTIVNOSTI CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA BREŽICE Z ZASNOVO SCENARIJA

Brežice, 15. 5. 2019

KDAJ?	KAJ?	KJE?	IZVAJALEC
9.00 -- 11.00	Testiranje telesne pripravljenosti starejših	telovadnica Centra za krepitev zdravja Brežice, Milavčeva cesta 18	kineziolog
9.00 – 10. 00	Prezentacija nordijske hoje	Parkirišče za Zdravstvenim domom Brežice	dipl. m. s.
9.00 – 11. 00	Stojnica: - promocija Centra za krepitev zdravja, - predstavitev presejalnih programov, - meritve krvnega tlaka, - meritve krvnega sladkorja, svetovanja.	pred stavbo Centra za krepitev zdravja Brežice, Milavčeva cesta 18	dipl. m. s.
9.00 – 17.00	Stojnica: - promocija Centra za krepitev zdravja, - predstavitev presejalnih programov, - meritve krvnega tlaka, - meritve krvnega sladkorja, - svetovanja.	ploščad pred Zdravstvenim domom Brežice	dipl. m. s.
10.00	Predavanje: Kako poskrbim za dobro duševno zdravje?	predavalnica Centra za krepitev zdravja Brežice, Milavčeva cesta 18	psiholog
11.00– 13.00	Delavnica: »Ali sem fit?« Izvajal se bo šest minutni test hoje, s katerim bomo preverili telesno pripravljenost udeležencev. Po zaključenem testu hoje sledi prikaz dihalnih vaj za sproščanje.	Parkirišče za Zdravstvenim domom Brežice	kineziolog, dipl. m. s., psiholog
13.00 – 15.00	Merjenje telesne sestave	pisarna št. 2 Centra za krepitev zdravja Brežice, Milavčeva cesta 18	zdravnik, kineziolog

15.00 – 16.00	Testiranje: Kaj o meni pove psihološki test? (psihološko testiranje s podajo povratne informacije udeležencu)	predavalnica Centra za krepitev zdravja Brežice, Milavčeva cesta 18	psiholog
15.00 – 16.00	Igre mojih staršev: vadba za otroke 3. razredov in njihove starše, ki so vključeni v »Družinsko obravnavo«	Parkirišče za Zdravstvenim domom Brežice	kineziolog
15.00 – 17.00	Stojnica: »Skrite pasti v prehrani« (prikaz vsebnosti sladkorjev, soli in maščob v prehrabnih izdelkih)	ploščad pred Zdravstvenim domom Brežice	dipl. m. s.
16.00 – 17.00	Igre mojih staršev: - Vadba za učence 6. razredov in njihove starše	Parkirišče za Zdravstvenim domom Brežice	kineziolog
ZAKLJUČNA PRIREDITEV OB 17.00 ZASNOVA: PREPLET GLASBE, PLESA, POVZETKA CELODNEVNEGA DOGAJANJA IN NAGOVOROV DOGAJANJE NA PLOŠČADI PRED ZDRAVSTVENIM DOMOM (POD NADSTREŠKOM)			