

# POZVÁNKA NA SEMINÁŘ

## HRAVĚ O PREVENCI PRO PEDAGOGY

### Jak učit o výživě a poruchách příjmu potravy



Pondělí 4. prosince 2017 / 9:00 – 14:00  
Velká Hradební 8, 401 00 Ústí nad Labem  
Zasedací místnost Zastupitelstva města

Seminář je určen pro pedagogy 2. stupně základních škol a středních škol Ústeckého kraje. Každý účastník semináře obdrží zdravotně výchovné materiály. Seminář je ZDARMA a je akreditován 5 hodinovou dotací. Každý účastník obdrží osvědčení o absolvování akreditovaného vzdělávacího programu.

Přihlašujte se na e-mail: [projekty@zuusti.cz](mailto:projekty@zuusti.cz), nejpozději do 27. listopadu 2017. Kapacita sálu je omezena na 50 míst. Občerstvení je zajištěno.

V případě jakýchkoliv dotazů kontaktujte:

Mgr. Annu Milerovou, tel. 734 448 939, e-mail: [anna.milerova@zuusti.cz](mailto:anna.milerova@zuusti.cz)

#### PROGRAM:

- 08:30 – 09:00 **Prezence účastníků**
- 09:00 – 09:30 **Zahájení semináře**, význam výživy pro zdraví, výsledky studie HBSC v ČR, data WHO, obezita a reálné možnosti její prevence – *Mgr. Anna Milerová*
- 09:30 – 11:00 **Správné složení stravy** v různých věkových obdobích - rámcový jídelníček a tzv. výživový talíř, vhodné a škodlivé jídelní návyky a pitný režim, pravdy a mýty ve výživě – *Mgr. Alexandra Košťálová*
- 11:00 – 11:30 **Metodické tipy** pro výchovu ke zdraví, příklady dobré praxe, ukázky didaktických materiálů, praktická ukázka – program primární prevence Zdravý životní styl v dospívání – *Mgr. Anna Milerová*
- 11:30 – 12:00 **Přestávka na oběd**
- 12:00 – 13:00 **Poruchy příjmu potravy** – příčiny, druhy, výskyt, průběh, prognóza, jak se chovat a nechovat k člověku s poruchou příjmu potravy – *Mgr. Kamila Tóthová*
- 13:00 – 13:45 **Metodické tipy** pro výchovu ke zdraví, příklady dobré praxe, ukázky didaktických materiálů, praktická ukázka – program primární prevence Mít své tělo ráda – *Mgr. Anna Milerová*
- 13:45 – 14:00 **Závěrečný test, zpětná vazba, diskuse**

REALIZACE SEMINÁŘE JE PODPOŘENA Z DOTAČNÍHO PROGRAMU MZ ČR – NÁRODNÍ PROGRAM ZDRAVÍ – PROJEKTY PODPORY ZDRAVÍ 2017, Č. PROJEKTU 10701

#### Pořádá

Zdravotní ústav se sídlem v Ústí nad Labem  
ve spolupráci  
se Zdravým městem Ústí nad Labem



Ústecký kraj