



HEILBRIGÐISRÁÐUNEYTIÐ



LÝÐHEILSUSTÖÐ

MENNTA- OG
MENNINGARMÁLARÁÐUNEYTIÐ

Reykjavík, 9. ágúst 2010

Efni: Minnum á starfsdaga 17. og 18. ágúst og að þátttakendur tilkynni um vinnustofur

Ágæti viðtakandi,

Um leið og við minnum á starfsdagana okkar um heilsueflingu í grunnskólum, dagana 17. og 18. ágúst n.k., viljum við biðja þá þátttakendur **að velja sér vinnustofur** og tilkynna hvort þeir þiggi **léttan hádegisverð**, ef þeir gerðu það ekki við skráningu, svo unnt sé að áætla fjölda og umfang. Nóg er að senda tölvupóst á lydheilsustod@lydheilsustod.is.

Sama dagskrá er í boði báða dagana til að auðvelda þátttakendum að velja fleiri en eina vinnustofu.

Nánari upplýsingar veita Sveinbjörn Kristjánsson, sveinbjorn@lydheilsustod.is og Gígja Gunnarsdóttir, sími 5 800 900.

	Dagskrá starfsdaga 17. og 18. ágúst í Víkurskóla í Grafarvogi
8:45-9:00	Afhending gagna
9:00-9:15	Opnun
9:15-11:30	<p>Um heilsueflandi skóla Kynning á heilsueflingu í skólum. Farið yfir þróun og sögu forvarna og heilsueflingar. Hugmyndarfræði heilsueflandi skóla verður kynnt og hagnýtar leiðir í því hvernig skólinn getur unnið að heilsueflingu nemenda og starfsfólks.</p> <p>Heilsuefling í grunnskóla Dæmi um starf: Grunnskóli Egilsstaða</p> <p>Rannsóknir á lífsstíl og líðan grunnskólanema Meðal annars verður yfir nýjar niðurstöður úr könnuninni <i>Heilsa og lífskjör skólanema</i> (HBSC) og hvaða gögn standa grunnskólum til boða.</p>
11:30-12:30	Hádegishlé – Léttar veitingar í boði
12:30-16:00	Vinnustofur – ATH vinnustofa 3, Geðrækt hefst kl. 9 og er allan daginn.
Vinnustofa 1 Hreyfing/Öryggi	Farið yfir ýmis hagnýt atriði varðandi hvernig má auka daglega hreyfingu í tengslum við mismunandi þætti skólastarfs með öruggum og ánægjulegum hætti. Má sem dæmi nefna virkan ferðamáta, hreyfingu í almennum kennslustunum innandyrna, útikennslu og hreyfingu í frímínútum. Ný útgáfa, <i>Virkni í skólastarfi, handbók um hreyfingu fyrir grunnskóla</i> verður kynnt ásamt frekara efni sem snýr að hreyfingu og öryggismálum í grunnskólum.
Vinnustofa 2 Næring/ Tannvernd	Fjallað um mikilvægi hollrar næringar fyrir börn og hvernig skólasamfélagið getur stuðlað að bættum neysluvenjum þeirra m.a. með kynningu á <i>Handbók fyrir skólamötuneyti</i> . Farið verður yfir þær fyrirbyggjandi aðgerðir sem skila árangri til framtíðar í baráttunni við tannsjúkdóma. Leitast verður við að tengja fræðslu um tannvernd við hinar ýmsu námsgreinar í daglegu skólastarfi. Kynnt verður frekara efni um næringu og tannvernd.
Vinnustofa 3 Geðrækt/ Vinir Zippýs	<i>Vinir Zippýs</i> er alþjóðlegt lífsleiknínámsefni sem er ætlað að efla geðheilbrigði ungra barna. Áður en námsefnið er tekið til kennslu þurfa kennarar að sækja eins dags námskeið og fá að því loknu afhent námsefnið í heild sinni að kostnaðarlausu. Sjá nánar um námsefnið <i>Vinir Zippýs</i> á heimasíðu Lýðheilsustöðvar.
Vinnustofa 4 Lífstíll	Farið verður yfir hvað virkar vel og hvað síður í forvörnum gegn áhættuhegðun s.s. áfengisneysla og tóbaksnotkun og mikilvægt hlutverk foreldra. Kynning á m.a. <i>Tóbakslausir grunnskólar</i> og ýmsu fræðsluefni. Einnig verður fjallað um ofbeldi í samböndum ungs fólks og bent á upplýsingar sem eru aðgengilegar á netinu. Þá er fjallað um mikilvægi þess að kenna um jákvæða og örugga netnotkun auk þess að benda á það kennsluefni sem er til staðar fyrir kennara á vegum SAFT.



Nemendur



Heimili



Hreyfing / Öryggi



Lífsstíll



Nærsmálag



Geðrækt



Mataræði / Tannheilsa



Starfsfólk