



RAZRED	OBVEZNA VSEBINA	ČAS TRAJANJA (ŠOLSKA URA)	NAMEN DELAVNICE
Dodatno za OŠ ali SŠ	E-CIGARETE	1	Preko zanimive prezentacije učenci spoznajo pasti in nevarnosti za zdravje, ki jih povzročajo novi tobačni izdelki.
Dodatno za OŠ ali SŠ	ENERGIJSKE PIJAČE	1	Učenci preko prezentacije in video vsebine spoznajo učinke energijskih pijač na telesno težo, spanje, kognitivno sposobnost in razvoj zasvojenosti.
1. letnik	ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU	2	Z dijaki se pogovarjamo o pomenu skrbi za lastno zdravje še posebno pa vsakodnevno gibanje in telesna aktivnost. Preko različnih primerov spoznavamo kako poskrbeti za zabaven in sproščujoč vzorec gibanja, ki lahko prinaša tudi socialne stike in boljše kognitivne rezultate.
2. letnik	ZASVOJENOST	2	Dijaki nadgradijo raven znanja in potrebnih informacij o tem, kako psihoaktivne snovi vplivajo na posameznikovo telesno, duševno in socialno zdravje. Spoznavamo se z vsemi novimi oblikami zasvojenosti kot so energijske pijače in e-cigarete. Vzgajamo jih h odgovornejšemu ravnanju in jih opogumljamo, da se ne podredijo pritiskom družbe. Spoznajo značilnosti zasvojenosti z zasloni ter tveganja uporabe spletnih socialnih omrežij. Dijake v delavnici spodbudimo h kritičnemu razmišljanju in lastni odgovornosti.
3. letnik	SEM TO JAZ – TO SEM JAZ	2	Dijaki pridobivajo spretnosti prepoznavanja in izražanja lastnih čustev ter spoštovanju čustev drugih, razvijajo asertivno in nenasilno komunikacijo. Vse to je pomembno za dobre medosebne odnose ter odgovornega vedenja.
4. letnik	SPOLNO PRENOSLJIVE BOLEZNI	2	Z dijaki ponovimo katere so spolno prenosljive bolezni, kako jih lahko omejimo in poudarimo pomen samopregledovanja. Pogovorimo se tudi o spolnosti in iskrenem, zaupljivem in ljubečem odnosu, ki naj bo podlaga za spolnost. Vse to je pomembno za odgovorno vedenja na področju spolnosti, ki vodi v zmanjšanje s spolnostjo povezanih tveganj, kot so ne željene nosečnosti, spolno prenosljive bolezni in psihične stiske.



**Zdravstveni dom
Domžale**

5. letnik	TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA	2	Dijaki v prvem delu delavnice pridobijo teoretična izhodišča o pomenu zgodnje prepoznavne in pravilnem zaporedju ukrepov temeljnih postopkov oživljanja ter pravilni uporabi Avtomatskega Eksternega Defibrilatorja - AED. V nadaljevanju sledi praktičen preizkus preko različnih primerov.
-----------	------------------------------------	---	--