



Seniori



RÚVZ Košice

Odbor Výchovy k zdraviu

ul. Senný trh 4, 040 01 Košice

Základné a stredné školy



Znevýhodnené skupiny



ponúka

ustanovizniám, mimovládnyim organizáciám a ďalším zoskupeniam, združujúcim obyvateľstvo, pomoc pri zvyšovaní účinnosti prístupu k rozvoju zdravia

Ponuka sa zameriava na nasledovné tematické okruhy:

1. Poskytovanie poradenských služieb s akcentom na biochemické vyšetrenia
2. Distribúciu zdravotnovýchovných materiálov
3. Prednáškovú činnosť
4. Výpožičku zdravotnovýchovných videofilmov

V našej mobilnej Poradni zdravia, vychádzame v ústrety najmä v prípade pracovných kolektívov a iných skupín záujemcov (imobilní občania, mimovládne neformálne zoskupenia, celoslovensky koordinované akcie v obchodných reťazcoch a pod.), kde prídem priamo za Vami a vo Vašom prostredí Vám poskytneme bezplatné služby a poradenstvo za účelom predchádzania chorobám a posilnenia zdravia. Zameriavame sa na vyhľadávanie a včasné odhaľovanie rizikových faktorov, ktorých existencia zohráva nezanedbateľnú úlohu pri vzniku a rozvoji niektorých civilizačných chorôb (srdcovo-cievne, nádorové, cukrovka a pod.). Ich včasným odhalením, ďalším usmerňovaním, správnu životosprávou a životným štýlom sa môže predísť zhoršeniu zdravia a kvality života.

Vyšetrenia spočívajú v meraní tlaku krvi, stanovovaní hladiny cholesterolu, glukózy, triglyceridov (kapilárna krv sa odoberá pri bezbolestnom vpichu z prsta), stanovíme BMI (index telesnej hmotnosti).

Odbor Výchova k zdraviu taktiež disponuje archívom zdravotnovýchovných materiálov (letákmi, brožúrami, plagátmi) rôzneho charakteru a určenia.

Prednáškovú činnosť realizujeme so zámerom rozširovania informácií z týchto záujmových oblastí :

Zdravá výživa
Zdravý životný štýl
Prevenca respiračných ochorení
Primárna prevencia drogových závislostí
Stomatohygiena
Aktívny a pasívny tabakizmus
Prevenca nádorových ochorení
Výchova k partnerstvu a rodičovstvu
Znevýhodnené skupiny

Zároveň Vám ponúkame možnosť zapožičania zdravotnovýchovných videofilmov z našej videotéky (s výpožičnou dobou cca 2 týždne). Požiadavku je možné realizovať osobne, písomnou alebo telefonickou formou na tel. č. 62 273 55, 62 209 31, p. Fabianová, Bc. Šmídeková, Mgr. Gregová, RNDr. Schnitzerová, ke.vkz@uvzs.sk

Zoznam tematických okruhov našich videofilmov:

- Videofilmy pre deti predškolského veku a mladšieho školského veku
- Výživa
- Problematika HIV / AIDS
- Výchova k plánovanému rodičovstvu
- Prevencia drogových závislostí
- Cukrovka
- Protifajčiarska tematika
- Ochorenia dýchacích ciest
- TBC
- Onkologické ochorenia
- Besnota
- Ochorenia ústnej dutiny
- Predlekárska prvá pomoc
- Ochorenia prenosné zo zvierat na ľudí
- Videofilmy na jednej videokazete na rôzne témy:
 - Infarkt myokardu – príhovor lekára
 - Po infarkte – rehabilitácia po infarkte
 - Jedz aby si zdravo žil – propagácia správnej výživy
 - Úplne obyčajná choroba – žltáčka
 - Stres súčasť nášho života – zdolávanie záťažových situácií
 - Lieky,lieky, lieky – zneužívanie liekov
 - Krajšie žiť – umývať si ruky – kreslená agitka pre deti
- Videofilmy na jednej videokazete na rôzne témy:
 - Objavenie inzulínu – kanadský film o objavení inzulínu
 - Hypertenzná choroba – prevencia ochorenia a jej dôsledky
 - Dujvetrisko a Paľko, Dujvetrisko a Katka – kreslená rozprávka o otužovaní detí
 - Zakáľačka u starej mamy – komédia o negatívnych dôsledkoch prejedania sa