



Přehled akcí k výchově ke zdraví zaměřená na zubní prevenci žáků 1. stupně

Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola, Alšovo nábřeží 6, čp. 82, 110 00 Praha 1., obor
Diplomovaná dentální hygienistka nám zajišťuje pod vedením MUDr. Jarmily Beranové

v rámci „Světového dne ústního zdraví“ 20.3. World Oral Health Day, Smile for Life.

Program ZDRAVÉ ZUBY

Projekt „Zdravé zuby“, je součástí výchovy ke zdraví na 1. stupni naší základní školy. Škola tak má možnost systematicky a dlouhodobě působit na postoje dětí k zubnímu zdraví. Cílem tohoto programu je zlepšení zubního zdraví u dětí. Jde o nejdéle realizovaný projekt pro děti mladšího školního věku v oblasti prevence zubního kazu, ale i v oblasti ochrany zdraví v ČR. V hodinách výuky zubního zdraví se děti dozví, jak mohou své zuby před vznikem kazu chránit. Ve škole jsou pro děti z 1. – 5. tříd připraveny pracovní listy, které interaktivním způsobem a poutavě přiblíží dětem problematiku zubního zdraví (omalovánky, soutěže, hry, kvízy). Děti si vyzkouší názorné ukázky péče o chrup.

5 zásad pro zdravé zuby Čistěte si zuby nejméně 2x denně, nejlépe po každém jídle. Žvýkejte žvýkačky bez cukru po každém jídle, není-li možnost vyčistit si zuby. Omezte sladké nápoje a cukrovinky, jezte vyváženou a pestrou stravu. Používejte zubní pasty a ústní vody s obsahem fluoridu, které chrání před vznikem zubního kazu. Navštěvujte zubního lékaře pravidelně nejméně 2x za rok

Projekt VESELÉ ZOUBKY

Pomáhá a vysvětluje dětem prvních ročníků interaktivní formou, jak pečovat o zuby a seznamuje s ústní hygienou.

Projekt ZDRAVÁ 5

Zdravá 5 je unikátní celorepublikový vzdělávací program pro žáky školy. Je zaměřen na **zdravý životní styl**, především v oblasti **zdravého stravování**. Lektori Zdravé 5 seznamují žáky v rámci dvouhodinového bloku **zábavnou a interaktivní** formou se zásadami **zdravého stravování**. Cílem hodiny je motivovat děti k automatickému přijetí zásad zdravé výživy a jejich přirozené implementaci do životního stylu.

Projekt DĚTSKÝ ÚSMĚV

Projekt Dětský úsměv se věnuje zlepšování zdravotní prevence (prevence zubního kazu), jejíž úroveň v ČR stále neodpovídá evropským standardům.

Dětský úsměv je unikátní projekt preventivní péče o zuby dětí ve školách na prvním stupni základních škol. Důraz je kladen především na opakovaný praktický nácvik účinného čištění chrupu. Je to osvědčený způsob, jak předcházet zubním kazům a parodontóze.

Pokud nemá dítě zažitou správnou péči o dočasný chrup, velmi obtížně se tento návyk vštěpuje později. Zanedbaná péče o dočasný chrup s sebou přináší zvýšenou pravděpodobnost nutných velkých výdajů v budoucnosti.

Do projektu, který je garantován Magistrátem města Prahy, je v roce 2018 zapojena třída 3.A a 3. B. V roce 2019 se podařilo získat grant i pro třídy 2.A a 2.B.

Dále na naší škole probíhá spolupráce s MDDr. Prokopem Stralczyńským, který se věnoval zubní prevenci ve druhých a čtvrtých ročnících.

Mgr. Květoslava Bičíková