**ПРЕПОРУКЕ РОДИТЕЉИМА ЗА**

**ЗДРАВСТВЕНО-ВАСПИТНЕ ЕКТИВНОСТИ**

Поштовани родитељи,

Већ дуги низ година, наша школа остварује успешну сарадњу са Институтом за јавно здравље Војводине (izjzv.org.rs). Институт организује разне едукације за наставнике и стручне сараднике, и том приликом добили смо низ корисних материјала за рад са ученицима. Велику подршку и помоћ у раду, пружа нам доц. др Снежана Укропина, запослена у Институту за јавно здравље Војводине која нам је помогла и овог пута. Односно, докторица Снежана, дала је исцрпан преглед корисног материјала који можете да користите у раду са децом, с циљем заштите менталног и физичког здравља деце, а налази се на сајту: izjzv.org.rs. У тексту који следи, сигурни смо да ћете пронаћи пуно корисних савета за Вас и Вашу децу.

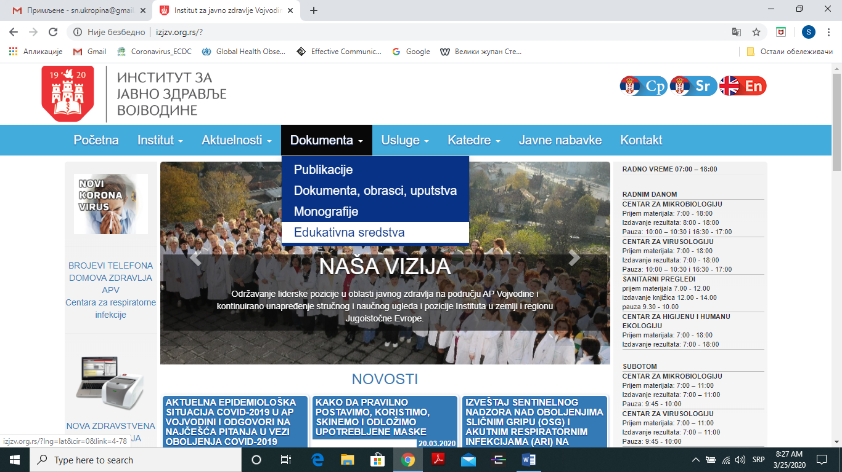
На сајту Института за јавно здравље Војводине (izjzv.org.rs), као и на фејсбук страници, можете погледати изузетно корисне савете о актуелном дешавању у целом свету, у вези пандемије КОВИД-19.

**Препоручујемо прилоге**:

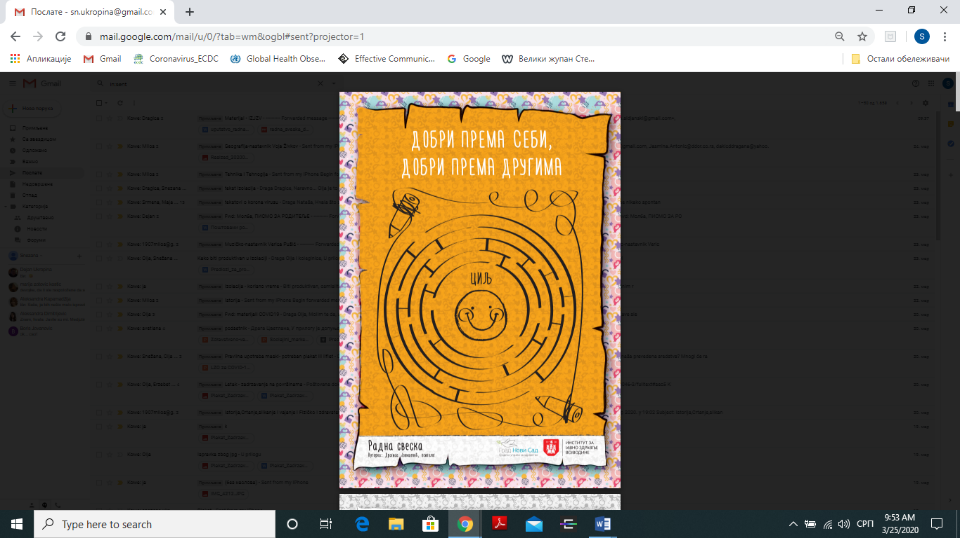
1. „**Како разговарати са децом о КОВИД-19 (КОРОНА ВИРУСУ)? Водич за родитеље и наставнике:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-18-1712>
2. **„Ментално здравље у доба короне“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-17-1730>
3. **„Одговори на најчешћа питања у вези обољења КОВИД-19“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-15-1675>
4. **„Основне препоруке за спречавање преноса инфекције новим коронавирусом“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-18-1713>
5. **„Мере заштите у кућној изолацији“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-17-1728>
6. **„Како да правилно поставимо, користимо, скинемо и одложимо употребљене маске“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=&cir=&link=3-15-1729> и
7. **„Спљоштимо криву. Како правилно да разумемо значај изолације и ограничења кретања током епидемије новим коронавирусом?“:** <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-18-1716>

На сајту Института за јавно здравље Војводине налазе се бројни занимљиви прилози за децу и родитеље, у вези са различитим темама о здрављу и чиниоцима који утичу на здравље деце и целокупног становништва, како на физички, тако и на ментални и социјални аспект здравља.

На пример, постоје две професионално урађене едукативне брошуре за децу и родитеље, на тему: „***Емоционалне авантуре наше деце, Водич за родитеље“***, као и радна свеска за децу: ***„Прича о осећањима“.*** Ова радна свеска намењена је ученицима нижих разреда основне школе и у њој се обрађују теме препознавања и именовања емоција и одлично је средство и за рад код куће. Користећи је, дете може самостално да решава енигматске проблеме, дописује и доцртава, боји одређене облике, црта и сл. У брошури за родитеље описано је како да развијају емоционалну компетенцију код своје деце и да буду подршка том аспекту развоја детета. Обе публикације могу се преузети на адреси: <http://izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-19-1165>.

На адреси [www.izjzv.org.rs](http://www.izjzv.org.rs), у одељку Едукативна средства, до којег се долази преко опције „Документа“ у тзв. „хоризонталном менију“ основне интернет странице (као што се види на слици), налази се колекција здравствено-васпитних и едукативних летака, агитки, брошура, приручника и сличних публикација на 20 различитих тема: 1) Активно старење; 2) Едукативни календар за децу узраста 6-10 г (календар је само форма за рад на бројне теме које су посебне за сваку годину, а колекција садржи примере из 14 година, са упутством за рад; садржи врло богате илустрације са мало текста и интерактивном едукативном таблом за друштвену игру); 3) Физичка активност; 4) Контрола и превенција заразних болести; 5) Лична и телесна хигијена; 6) Ментално здравље; 7) Орално здравље; 8) Правилна исхрана; 9) Правилно коришћење здравствене заштите; 10) Превенција хроничних болести; 11) Превенција менталнх поремећаја; 12) Превенција повреда и тровања; 13) Превенција пушења; 14) Превенција злоупотребе алкохола и дрога; 15) Приручници – Васпитање за здравље; 16) Сексуално и репродуктивно здравље; 17) Социјална укљученост; 18) Трудноћа и дојење; 19) Вакцине и 20) Здрав град.

Слично, на адреси <http://www.izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=0&link=3-19-1669> могуће је преузети приручник за подршку едукацији деце о пубертету **„Разумем шта ми се дешава“** (узраст 3-5 разред), са интерактивним панелима који је се заснивају на шеми тела дечака и девојчице на које (или око којих) се постављају дводимензионалне скице физиолошких и психолошких промена у пубертету. На истом месту се преузима и упутство за радионице.

Још једна новија радна свеска **„Добри према себи, добри према другима“** намењена је ученицима 4. разреда на тему унапређења психосоцијалних вештина које су од значаја за свеукупно здравље и постигнућа деце (способност решавања проблема; способност доношења одлука; креативно мишљење; критичко мишљење; вештине ефикасне комуникације; добри међуљудски односи; самосвесност; емпатија; емоционална регулација; ношење са стресом...). Она се може преузети у поменутом одељку „Ментално здравље“.

**Међу радним свескама за децу узраста 7-10 година** истакли бисмо и оне које су **посвећене правилној исхрани** (5 врста радних свезака), **оралном здрављу** и **превенцији пушења,** у истоименим одељцима поменуте интернет странице.

Можда је ово добра прилика да се подсетите значаја теме о вакцинацији, за коју је Институт за јавно здравље Војводине приредио посебну интернет-страницу **„Вакине? Ово је одговор који вам дају лекари“**: <http://izjzv.org.rs/app/vakcine/>. На њој можете погледати анимиране видео-клипове о колективном имунитету, прочитати одговоре на око 40 питања у вези са имунизацијом и прочитати или преузети у електронском облику едукативни материјал.

Од изузетног је значаја да се о темама о здрављу деца и родитељи информишу од лекара, из стручне и уџбеничке литературе, преко објава здравствених установа које се баве промоцијом здравља, као што су домови здравља и институти/заводи за јавно здравље, а не преко насумичног претраживања интернета, сензационалистичких медијских објава и друштвених мрежа.