



CENTRUM
CELOŽIVOTNÍHO
VZDĚLÁVÁNÍ



Anabell



SPRSV



Asociace pro podporu zdraví a výchovu ke zdraví
APROZ



UNIVERSITAS MASARYKIANA BRUNENSIS
FACULTAS PAEDAGOGICA



STÁTNÍ
ZDRAVOTNÍ
ÚSTAV
SZU



p-centrum

Pracoviště Pedagogické fakulty UP v Olomouci

Centrum výzkumu zdravého životního stylu
Centrum celoživotního vzdělávání
Centrum PRVoK
Katedra antropologie a zdravotvědy
Katedra primární pedagogiky
Katedra psychologie a patopsychologie

ve spolupráci
s Katedrou výchovy ke zdraví PdF MU v Brně
a Státním zdravotním ústavem v Praze

a odbornými společnostmi
Asociace pro podporu zdraví a výchovu ke zdraví
Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu
Občanské sdružení Anabell
P-centrum Olomouc

pod záštitou děkanky Pedagogické fakulty UP v Olomouci
Prof. PaedDr. Libuše Ludíkové, CSc.

si Vás dovolují pozvat
na 2. ročník interaktivního vzdělávacího workshopu

VÁNOCE A ZDRAVÍ

11. 12. 2013

od 9,00 hod.
v prostorách Pedagogické fakulty UP
Žižkovo nám 5
771 40 Olomouc

Vstup zdarma
Účastníci obdrží osvědčení
Nutná registrace na www.ccv.upol.cz



• CENTRUM
• CELOŽIVOTNÍHO
• VZDĚLÁVÁNÍ



Anabell



Odborný program:

8,45 – 9,15 Registrace účastníků, zápis do workshopových sekcí (prostory chodby III. poschodí)

Přednášková část: (učebna P31)

9,20 - 9,40 **Slavnostní zahájení interaktivního vzdělávacího workshopu**
Úvodní slovo zástupců participujících organizací

„Vánoce a zdraví – najdeme nosná témata i na podruhé?“

Mgr. Michaela Hřivnová, Ph.D. Centrum výzkumu zdravého životního stylu, Katedra antropologie a zdravotní PdF UP v Olomouci, předsedkyně APROZ

9,40 - 10,00 **Představení exkluzivních dotovaných (bezplatných) studijních kurzů a programů nabízených Centrem celoživotního vzdělávání.**

Ing. Veronika Machovská – vedoucí Centra celoživotního vzdělávání PdF UP v Olomouci (event. Mgr. Lucia Pastieriková, Ph.D. doc. PhDr. Olga Krejčířová, Ph.D., Ústav speciálně pedagogických studií PdF UP v Olomouci)

10,00 - 10,20 **Bez stresu nejen o Vánocích – odoláme komercializaci Vánoc spojených s „nákupní“ horečkou?**

Mgr. Michaela Pugnerová, Ph.D. – Katedra psychologie a patopsychologie PdF UP v Olomouci

10,20 – 10,40 **Stravovací zvyklosti o vánočních svátcích v Evropě i mimo ni.**

MUDr. Marie Nejedlá, vedoucí Centra podpory veřejného zdraví, Státní zdravotní ústav v Praze

10,40 – 11,00 *Přestávka s využitím doprovodného programu*

11,00 - 11,20 **Káva jako lék???**

Mgr. Iva Klimešová, Ph.D. – Katedra přírodních věd v kinantropologii, FTK UP v Olomouci

11,20 - 11,40 **Inovativní náměty v problematice poruch příjmu potravy.**

PhDr. Lenka Procházková – Katedra výchovy ke zdraví PdF MU v Brně, Občanské sdružení Anabell

11,40 - 12,00 **Vánoce dětí v ústavní péči.**

Mgr. Vladislava Marciánová – Dětské centrum Ostrůvek, Olomouc

12,00 - 12,30 **Diskuse a přestávka**

Workshopy:

I. workshopový blok 12,30 - 13,45

II. workshopový blok 14,00 - 15,15

Účastníci si zvolí v každém bloku 1 workshop, celkem tedy absolvují 2 zvolené workshopy. Kapacita jednotlivých workshopů je 10-14 frekventantů.

1. Tělo jako nástroj interakce ve výchově a vzdělávání (učebna P31)

Mgr. Lucie Mucalová – Občanské sdružení Anabell, Brno

2. Jak zvládat předvánoční stres pomocí relaxačních technik (učebna P33a)

Doc. PhDr. Irena Plevová, Ph.D. – Katedra psychologie a patopsychologie PdF UP v Olomouci

3. Relaxace pro tělo i duši (jóga) (učebna LF1)

Mgr. Miloš Mlčoch, Ph.D. – Katedra českého jazyka a literatury PdF UP v Olomouci
Pozn. s sebou pohodlné cvičební oblečení a osušku

4. Nejen na Vánoce je alkohol dobrý sluha ale zlý pán (učebna S402)

Mgr. Michal Růžička, Ph.D. – P - centrum Olomouc, Ústav speciální pedagogiky PdF UP v Olomouci

5. Meditace v pohybu a kouzlo vánoce (učebna LM 3)

Prof. RNDr. Jarmila Riegerová, CSc.
Pozn. s sebou pohodlné triko, legíny a „teplé“ ponožky

6. Jak na rizika spojená s Facebookem (učebna LA 2)

Mgr. Kamil Kopecký, Ph.D. a PhDr. René Szotkowski, Ph.D. Centrum PRVok (prevence rizikové virtuální komunikace) PdF UP v Olomouci

7. Vánoční tvořivá dílna (učebna P 39)

Doc. PaedDr. Miluše Rašková, Ph.D., Katedra primární a preprimární pedagogiky, PdF UP v Olomouci

8. Bydlení a terénní programy jako cesta ke zdraví pro drogově závislé (učebna P 38)

Mgr. Lenka Holušová, terénní sociální pracovnice, Občanské sdružení Open House.

15,30 - 16,00 **Závěry a evaluace interaktivního vzdělávacího semináře**

Doprovodný program:

- ⇒ **Ochutnávky zdravého občerstvení a sushi** – Ing. Martin Navrátil – *fa Fishi Sushi Olomouc.*
- ⇒ **Alternativní směry ve výživě** (možnosti makrobiotické stravy, ukázky a ochutnávky potravin, individuální konzultace) – Ing. Dagmar Lužná – *odbornice na makrobiotickou stravu, studio Luna v Olomouci.*
- ⇒ **Pí-voda** (ochutnávky pí-vody a ukázky dalších produktů z nich vyrobených) – Zdenek Hájek – *Pí-centrum Olomouc.*
- ⇒ **Ukázky líčení a přírodní kosmetiky** – Hana Přidalová – *fa Oriflame.*
- ⇒ **Ukázky a nabídka potravních doplňků a kosmetiky** – Leona Hežová – *fa LR Health & Beauty Systems.*
- ⇒ **Ukázka a prodej ručně vyráběných drobností ze dřeva, malované sklo a porcelán, recyvěci** – výrobce – *Michaela Stejskalová.*
- ⇒ **Prodejná výstava PATCHWORK** (drobné dárky a bytové doplňky s vánoční tematikou) – výrobce – *Svatava Vlková.*
- ⇒ **Prezentace edukačních materiálů:**
 - činnosti Centra celoživotního vzdělávání a bezplatných vzdělávacích kurzů a programů pro a.r. 2014/2015,
 - projektu e-Bezpečí (PdF UP, Centrum PRVoK),
 - Občanského sdružení Anabell zaměřeného na oblast primární, sekundární i terciární prevence v oblasti poruch příjmu potravy a vzdělávacího centra Info Point,
 - P-centra zaměřeného na primární, sekundární i terciární prevenci závislostí.

POZNÁMKA:

Hlavním vchodem do budovy Pedagogické fakulty je vchod ze tř. 17. listopadu.

Přednášková část se uskuteční ve III. poschodí PdF UP.