

Védőnő által tartott egészségnevelési témakörök ajánlata a 9. osztály számára

1. A serdülők egészségmegőrzése és a megelőzés lehetőségei.
Ápoltság. Divat. Külső megjelenés és a társadalom. Személyi higiéné.
Tetoválás. Piercing.
2. Egészség – betegség. Életminőség.
Egészséget befolyásoló tényezők.
3. Egészséges táplálkozás – alternatív táplálkozás.
Táplálkozással összefüggő betegségek. Veszélyes diéták.
4. Önismereti játékok, tesztek
5. Dohányzás megelőzés:
Egészségkárosító hatásai
A dohány eredete
Reklámtörvény. Nemdohányzók védelméről szóló törvény.
Dohányzás és a termékenység, terhesség
A passzív dohányzás
Nemet – mondani könnyebb, mint leszokni!
Leszokni a dohányzásról?
6. Alkoholfogyasztás:
Társadalmi problémák
Az alkohol és a hanyatló út
Az alkoholos meddőség
Alkohol és terhesség
A kulturált alkoholfogyasztásról
7. Kábítószerekről:
Fogalmak tisztázása
Legális és illegális drogok
A drogos „karrier”
Miért használsz drogokat?
Árulkodó jelek
Kábítószer kereskedelem – és kábítószeres bűnözés
Terápiás hálózat
Dizájner drogok

Védőnő által tartott egészségnevelési témakörök ajánlata a 10. osztály számára

1. A serdülők egészségmegőrzése és a megelőzés lehetőségei.
Ápoltság. Divat. Külső megjelenés és a társadalom. Személyi higiéné.
Tetoválás. Pearcing.
2. Egészség – betegség. Életminőség.
Egészséget befolyásoló tényezők.
3. Önismereti játékok, tesztek
4. Kábítószerekről:
 - Fogalmak tisztázása
 - Legális és illegális drogok
 - A drogos „karrier”
 - Miért használz drogokat?
 - Árulkodó jelek
 - Kábítószer kereskedelem – és kábítószeres bűnözés
 - Terápiás hálózat
 - Dizájner drogok**
5. Viselkedési addikciók:
 - Játékgépek
 - Televíziózás
 - Számítógépes játékok
 - Facebook függőség
6. Szexedukáció: az A-HA Országos Szexuális és Mentálhigiénés Felvilágosító Program alapján
 - Szexuális kultúra
 - Szerelem és szexualitás tizenévesen
 - Fogamzásgátlás
 - Szexuális úton terjedő betegségek
 - AIDS
 - Nem kívánt terhesség
 - Abortusz vagy valami más? (film is van)

Védőnő által tartott egészségnevelési témakörök ajánlata a 11. osztály számára

1. Egészség – betegség. Életminőség.
Egészséget befolyásoló tényezők.
2. Önismereti játékok, tesztek. **Logikai feladatok.**
3. Életünk és a stressz. Kiváltó okok.
A lelki egészség védelme. Stresszoldási technikák.
Konfliktusaink feldolgozása.
4. Szexedukáció:
Szexuális kultúra
Szerelem. Párválasztás.
Fogamzásgátlás
A nem kívánt terhességekről
Abortusz vagy valami más?
Szexuális úton terjedő betegségek
AIDS
Eltérő párkapcsolatok
5. **Szexuális bűnözés**
Ne dőlj be! című film vetítése, megbeszélése
6. Pszichoszomatikus megbetegedések (fejfájás, hasfájás, pánik, depresszió, elhízás)
7. Az öngyilkosságról
8. Daganatos megbetegedések.
Emlő, here önvizsgálata. (film is van)
9. Agyhalál. Szervdonáció. Szervátültetés.

Védőnő által tartott egészségnevelési témakörök ajánlata a 12. osztály ill. a felsőfokú szakképzésben résztvevők számára

1. Szerelem, párválasztás, családalapítás.
A család fogalma, szerepe.
A mai magyar család.
2. Szemelvények az életünkből: szerelem, párválasztás, családi élet, konfliktusok, válás –
dramatikus játékok
3. Családtervezés – fogamzásgátlás.
Az élet értéke.
Az abortusz. (film is van)
4. Felkészülés a szülői szerepre.
A gyermekvállalás optimális életkora.
A gyermeknevelés célja.
A pozitív gyermeknevelés öt alapelve.
5. A családtervezés intézménye.
Optimális családtervezés.
Felkészülés a várandósságra.
6. A szeretetteljes fogamzás.
A várandósság jelei.
A várandósság állapota.
A szeretetcélzatos, gyengéd születésről.
7. Adj vért, életet adsz!
A véradás fontossága, kivitelezése.
8. Külföldi munkavállalás. Szexuális bűnözés.
9. A betegápolás alapelvei.
A gyógyszeresedés szabályai.
Természetgyógyászat.
10. Agyhalál. Szervdonáció. Szervátültetés.