



BESEDA

Název:

I TY JSI PŘECI ORIGINAL! MĚJ SVŮJ **STYL**

Program:

- 2 vyučovací hodiny v prostředí vaší školy
- 1. hodina teoretická, 2. hodina praktická (interaktivní přístup)
- diskuse
- *edukační materiál* pro každého žáka, který jim zůstane
- řešení *aktuálních problémů* dnešní doby
- otestování si psychických znalostí i fyzické kondice
- *zajímavý host*

® Pro naprosto individuální přístup právě žákům z vaší školy, by byl proveden před besedou průzkum znalostí a výběr konkrétních zajímavých témat formou dotazníku. Dotazník bych zopakovala i po skončení edukace. Vyhodnocení a výsledky by vám poté byly zaslány. Myslím, že zajímavý výstup i pro vaši potřebu.

Nabízená témata:

1. Fenomén dnešní doby: „Obezita okolo nás“
2. „Změnil se mě život“ (poruchy příjmu potravy)
3. Fast food a nebezpečné energetické pasti
4. 5S: sport + správná strava = skvělý styl
5. *Můžete si navrhnout vlastní téma besedy*

Lektor besedy:

Jmenuji se Gabriela Mencová. Vystudovala jsem na Masarykově univerzitě v Brně na Lékařské fakultě obor Nutriční specialista. Zajímám se o výživu, stravování, jídelní chování a nemoci související s nedostatečným i nadměrným příjmem stravy u dospělé populace, ale i u dětí a dospívajících. Mám za sebou již několik projektů zaměřených na zdravý životní styl dětí např. příměstské tábory společnosti Danone, a.s., mezinárodní projekt SZÚ Brno, projekt „Sůl nad zlato“ a projekt „Osteoporóza- zdravé kosti“ realizované na základních a středních školách v Brně a okolí. Organizuji dětské tábory jako vedoucí i jako zdravotnice. Jsem výživový poradce společnosti Intrenér.cz. Mám za sebou praxe jak v komunitní, tak i klinické sféře.



kontakt: xmencovag@gmail.com, 724 967 631