

## **Fáze udržitelnosti Edukační centrum senioři školní rok 2017/18**

<b>Číslo výzvy:</b>	<b>34</b>
<b>Prioritní osa:</b>	<b>Stabilizace a rozvoj měst a obcí</b>
<b>Oblast podpory:</b>	<b>Rozvoj infrastruktury základního, středního a vyššího odborného školství</b>
<b>Registrační číslo projektu:</b>	<b>CZ.1.14./2.4.00/34.03200</b>
<b>Název projektu:</b>	<b>Edukační centrum zaměřené na zdravý životní styl a sociální oblast</b>
<b>Žadatel:</b>	<b>Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Karlovarská 99, 323 Plzeň</b>

### **Edukační činnost žáků 3.AZA v nemocnici Privamed**

Na konci ledna a v měsíci únoru probíhala, jako každý poslední rok, edukační činnost žáků naší školy na interních odděleních nemocnice Privamed. Jelikož naše škola získala osvědčení a je zapojena do sítě programu „Škola podporující zdraví“, měli naši žáci možnost více se zdokonalit v edukační činnosti a získat množství edukačních materiálů a letáčků. I letos jsme ale předávali vědomosti a nabyté zkušenosti získané při praktické výuce v našem špičkově vybaveném výukovém centru „Senioři“. Při výběru vhodných kandidátů pro edukaci jsme brali ohled i na aktuální zdravotní stav našich klientů, tak aby edukace probíhala v klidném duchu, nijak nezatěžovala nemocné pacienty a byla pro ně co největším přínosem.

V letošním roce jsme se zaměřili například na pitný režim, kde jsme klienty seznámili s vhodnými či nevhodnými nápoji, nebo jsme rozebírali otázku: Jak se vyznat v balených vodách. Povíдали jsme si o základech zdravé životosprávy s přihlédnutím k aktuálnímu věku, o rizicích metabolického syndromu nebo o důležitosti snídaní. Při edukaci byl velký důraz kladen na energii v rovnováze, kde jsme názorně ukazovali, kolik zbytečných cukrů se nachází v konkrétních potravinách. Všichni nemocní byli velmi překvapeni, když se dozvěděli, že pouhé 3 kopečky zmrzliny obsahují až 13 kostek cukru a 100g mléčné čokolády dokonce 24 kostek cukru. Někdy bylo až

komické přesvědčovat je o tom, že život může být sladký i bez cukru – s mandarinkou, ananášem nebo bílým jogurtem s čerstvým ovocem. Dále jsme se věnovali množství soli v potravě a zdůraznili způsoby, jak množství soli v potravě omezit.

Protože je na interních odděleních nemocnice Privamed převážně starší klientela, týkala se naše edukace i Alzheimerovy choroby, kde jsme uváděli příklady faktorů podporující vznik této zákeřné choroby.

I v letošním roce jsme byli z naší činnosti velmi spokojeni a odcházeli opět s pocitem, že naše edukační centrum nadále plní svoji úlohu a připravuje naše žáky pro výkon budoucího zdravotnického povolání s důrazem na kvalitní péči o stále přibývajících starší populaci.

Za edukační centrum Senioři Mgr. Alena Štroblová

Podpis:

Datum zápisu: 14.3. 2018