

ПРОГРАМА И СЪДЪРЖАНИЕ НА СЪБИТИЕ-КАРИЕРНО ОРИЕНТИРАНЕ ЗА МЛАДЕЖИ И ПРАКТИЧЕСКИ СЕСИИ ЗА ПРОФИЛАКТИКА ПО ПРОЕКТ:

„НАУЧИ ДНЕС, ЖИВЕЙ ЗДРАВО УТРЕ: ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ”

Проектът се изпълнява с финансовата подкрепа на Столична община, по втора приоритетна област на Програма „Европа“ 2026 от Фондация „Алджоритъм“ в партньорство с СО – Район „Банкя“ и 78. СУ „Христо Смирненски“.



КАРИЕРНО ОРИЕНТИРАНЕ ЗА МЛАДЕЖИ И ПРАКТИЧЕСКИ СЕСИИ ЗА ПРОФИЛАКТИКА

26. септември 2026 г. – от 10:00 ч. до 11:30 ч. на ул. „Княз Борис І” 145, София

Програма:

10:00 – 10:10 Откриване на събитието. Цел: да се покаже, че профилактиката не е „преглед при проблем“, а начин да се предотвратят проблемите. Кратко упражнение за всеки участник

Встъпителни думи от ръководителя на проекта Магдалена Борисова. Предвидена е възможност представители на Програма „Европа“ да се обърнат към участниците и да отправят кратко приветствие.

10:10 – 10:35 Модул за учениците – теми, които ще бъдат засегнати: Как изглежда пътят до медицински университет, Реални истории от медицински специалист, Мини демонстрация: измерване на кръвно, пулс, сатурация, Свързване на медицината с обществената мисия на профилактиката, Въпроси и отговори

10:35 – 10:55 Модул за пенсионерите – Демонстрации - Как правилно се измерва кръвно налягане, какво означават стойностите, демонстрация със скрининг апаратура, разпознаване на ранни симптоми: стрес, депресия, обезводняване, влошаване на хронично заболяване, попълване на „домашен здравен дневник“ (хартиен шаблон за 30-дневно проследяване на пулс, кръвно налягане, часове сън, прием на вода, физическа активност, настроение (от 1-5).

10:55 – 11:15 Дискусия с публиката. Въпроси и отговори.

11:15 – 11:30 Закриване на събитието и общо послание - Здравето се изгражда чрез знания, малки действия и взаимна подкрепа между поколенията.

Проектът „Научи днес, живей здраво утре: Интерактивно обучение за здравословен начин на живот“ се изпълнява с финансовата подкрепа на Столична община – Програма „Европа“ 2026 от Фондация „Алджоритъм“ в партньорство с СО – Район „Банкя“ и 78. СУ „Христо Смирненски“.

