



Szív- és érrendszeri betegségek megelőzése Csoportfoglalkozás Tematika

A csoportfoglalkozás célja:

Hazánkban népbetegségnek számít a szív- és érrendszeri megbetegedés, ezért is rendkívül fontos nagy figyelmet szentelni ezen betegségek megelőzésére. A csoportfoglalkozás célja a résztvevők tájékoztatása a keringési megbetegedések fajtáiról, kialakulásuk módjáról és megelőzésükről. A foglalkozás során értékes információkkal gazdagodnak, melyek birtokában csökkenthetik a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának esélyét.

1. alkalom	
Témák, fogalmak, folyamatok	Témakör, Tematikai egység
<ul style="list-style-type: none"> A szív- és érrendszeri betegségek tünetei Kialakulásuk okai Negatívan befolyásoló tényezők 	Egészséges táplálkozás

2. alkalom	
Témák, fogalmak, folyamatok	Témakör, Tematikai egység
<ul style="list-style-type: none"> A szívbetegségek fajtái: Veleszületett szívhibák A szívbetegségek fajtái: Gyulladásos szívbetegségek A szívbetegségek fajtái: A koszorúerek megbetegedése 	Egészséges táplálkozás

3. alkalom	
Témák, fogalmak, folyamatok	Témakör, Tematikai egység
<ul style="list-style-type: none"> Érgyulladás Vérrög Érelmeszesedés 	Egészséges táplálkozás

4. alkalom	
Témák, fogalmak, folyamatok	Témakör, Tematikai egység
<ul style="list-style-type: none"> Túlsúly, koleszterin, cukorbetegség Magas vérnyomás Dohányzás 	Egészséges táplálkozás

5. alkalom	
Témák, fogalmak, folyamatok	Témakör, Tematikai egység
<ul style="list-style-type: none"> A betegség kialakulása szorosan összefügg az életmóddal Helyes táplálkozás a megelőzésért Rendszeres testmozgás fontossága 	Egészséges táplálkozás