

Březen 2024

---

# SVĚTOVÝ DEN ÚSTNÍHO ZDRAVÍ

24.3.2024 10-16H

---

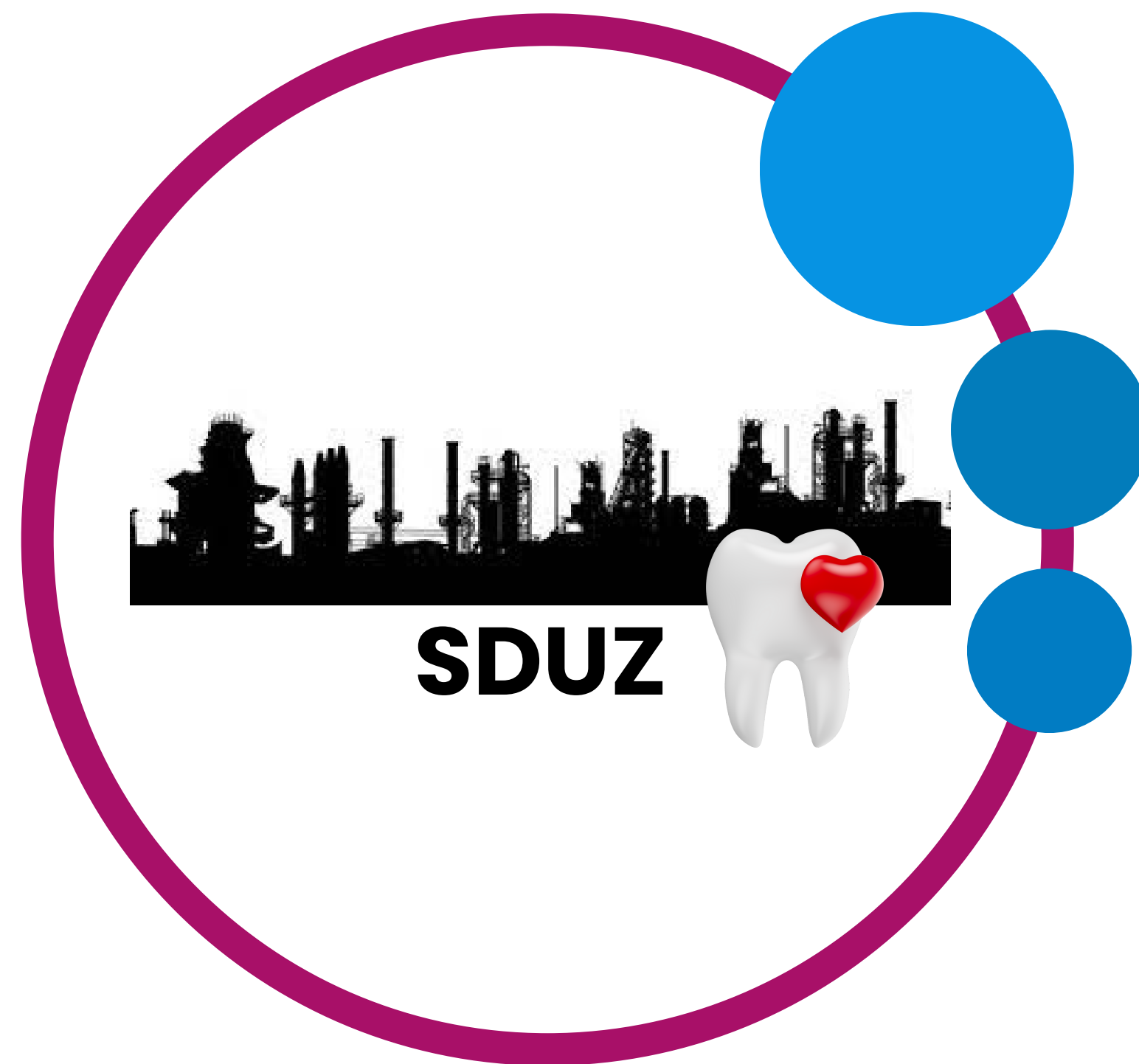


---

# O EVENTU

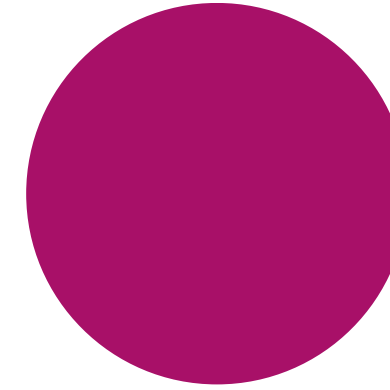
je nám velkou ctí mít možnost se podílet na oslavě Světového dne ústního zdraví, která se bude konat 24. března 2024 v Ostravě. Tento jedinečný event je výsledkem spolupráce čtyř klíčových entit: Lékařské fakulty Ostravské univerzity, Oblastní stomatologické komory a Institutu zdraví s úsměvem. a VOZŠ. Naším společným cílem je zdůraznit význam ústního zdraví, poskytnout důležité informace a znalosti veřejnosti, poukázat na nezastupitelnou roli prevence a nabídnout preventivní opatření přímo na místě.

V dnešní době, kdy životní styl moderní společnosti klade stále větší nároky na naše zdraví, je nezbytné si uvědomit, jak důležité je pečovat o svůj chrup a obecně o zdraví. Proto jsme pro Vás připravili bohatý program plný interakcí s odborníky, interaktivních stánků a zábavných aktivit pro děti, aby se celé rodiny a obecně veřejnost mohla aktivně zapojit a získat cenné informace a praktické návyky pro zdravý život.



---

# ENTITY



OSK OSTRAVA

Oblasní stomatologická komora už léta podporuje preventivní akce a podílí se na preventivní činnosti ve školkách a školách.



LF OU

Lékařská fakulta je moderní vzdělávací institucí poskytující výuku v lékařských a nelékařských zdravotnických programech.



IZSU

Posláním Institutu je šířit osvětu a vzdělávat především mladé generace již od předškolního věku v oblasti zubní péče, zdravé výživy a pohybu.



VOZŠ

Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Ostrava je příspěvkovou organizací, jejímž zřizovatelem je Moravskoslezský kraj.

---

---

# SVĚTOVÝ DEN ÚSTNÍHO ZDRAVÍ



Naše rozhodnutí zapojit se do Světového dne ústního zdraví v Ostravě pramení z hlubokého přesvědčení o významu ústního zdraví pro celkový blahobyt a kvalitu života. Sdílením sil, znalostí a zkušeností s Lékařskou fakultou Ostravské univerzity (LF OU) a Ostravskou stomatologickou klinikou (OSK), dvěma institucemi s rozmanitými zkušenostmi a působením na terénu, jsme chtěli zajistit, aby náš přínos k této události byl co největší. Společně jsme spojili naše metodiky a lidské zdroje, abychom mohli vyvinout komplexní a efektivní program, který by oslovil a vzdělal širokou veřejnost. Tato synergie nám umožňuje přinést do akce hlubší porozumění potřebám komunity, inovativní přístupy k ústní hygieně a větší dosah v našem poselství. Věříme, že společnými silami můžeme vyvolat pozitivní změnu, inspirovat lidi k aktivní péči o své ústní zdraví a přispět k budování zdravější a šťastnější společnosti.

---



# KONCEPT

Světový den ústního zdraví v Ostravě bude inspirativní a interaktivní událostí, konanou 24. března 2024, zaměřenou na zvyšování povědomí o důležitosti ústní hygieny a zdravého životního stylu. Tato akce má za cíl poskytnout účastníkům všech věkových kategorií ucelený přehled o klíčových aspektech ústního zdraví prostřednictvím praktických ukázek, interaktivních her, motivujících workshopů a přednášek od odborníků. Klíčovými cíli jsou zvýšení povědomí o významu ústní hygieny, vzdělání o nejlepších postupech péče o ústní zdraví, motivace k osvojení zdravějších návyků a podpora preventivní péče a pravidelných návštěv u zubního lékaře. Připojte se k nám v Ostravě a objevte, jak můžete zlepšit své ústní zdraví a přispět k zdravějšímu životnímu stylu pro sebe i svou rodinu, a to vše v rámci jednoho dne plného aktivit, učení a zábavy.

---

# LOKACE: GONG, DOLNÍ VITKOVICE



# SEZNAM AKTIVIT PRO DĚTI

Tento komplexní program je navržen tak, aby poskytl účastníkům ucelený přehled o tom, jak pečovat o své ústní zdraví a předcházet běžným problémům, jako je zubní kaz nebo onemocnění dásní. Interaktivní přístup a praktické ukázky mají za cíl nejen informovat, ale také motivovat účastníky k osvojení zdravějších návyků, které mohou výrazně přispět k jejich celkovému zdraví a pohodě.

V rámci programu je důraz kladen na význam preventivní péče a pravidelné návštěvy u zubního lékaře. Aktivity jsou navrženy tak, aby oslovily jak děti, tak dospělé, a ukázaly, že péče o ústní zdraví může být zábavná a není třeba se ji bát.

## POHÁDKA 02

Pohádkové Představení "Vincent milovník sladkostí."

Délka: 20 minut, každou celou hodinu  
Interaktivní představení pro děti, které představuje důležitost pečovat o zuby.

## IZSU ZUBNÍ STÁNEK 04

Délka: 15 minut na osobu  
Návštěvníci mohou prožít komplexní péči o zuby která zahrnuje kontrolní vyšetření pomocí Diagnocamu. Následuje fluoridace zubů což je preventivní ošetření proti kazu. Speciální důraz je kladen na péči o děti které jsou vyšetřeny odborníkem a rodiče obdrží na místě výstupní zprávu o chrupu jejich dětí.

Motivace a Interaktivní Vzdělávání

Pět stolů s aktivitami:

Hra Bud' zubařem Učení se odstraňování zubního kazu na modelu zubu  
Vzdělávací stanoviště Interaktivní vzdělávání o tom co je pro zuby prospěšné a co škodlivé s důrazem na praktické ukázky a hry  
Výměna Starý za Nový Návštěvníci mohou vyměnit starý kartáček za nový a obdržet startovací balíček pro ústní hygienu včetně zubní pasty mezizubního kartáčku nebo zubní nitě lízátka s xylitolem a pytlíčky s Vincentem

## 01 OSK PROGRAM

Čas: 11:00 - 16:00

Rodinný důkladný nácvik správného čištění a dočišťování zubů se zábavnými prvky.

## 03 DISKOTÉKA S VINCENTEM

Délka: 20 minut

Čas: 14:00

Diskotéka na téma zubních písniček s možností fotografování s maskotem Vincentem. Přestávkový čas pro směnu personálu.

## 05 STÁNEK VÝŽIVA

Měření BMI, hry na téma vitamínů, přiřazování správné zeleniny a ovoce k zdravému talíři. Po absolvování stánků dostanou účastníci krabičku na zdravé jídlo a zdravé sušenky.

## 06 STÁNEK POHYB

Hry zaměřené na zdraví nohou, soutěže pro zdravá záda, jóga. Po józe dostanou účastníci kartičky s Vincentem pro domácí cvičení.

## 07 STÁNEK VZP

Zábavné hry s odměnami

# OSK PROGRAM

Akce je rozdělena do několika interaktivních stanovišť, kde se děti a jejich rodiče mohou naučit individuálně a prakticky vyzkoušet různé aspekty dentální hygieny a péče o zuby

1. Vzdělávání o čištění zubů: Účastníci se dozvědí, proč je důležité zuby si čistit, a ukáže se jim správná technika čištění s použitím klasického i sonického kartáčku. Informace budou podávány v krátkých, stručných blocích, aby byly snadno pochopitelné.

2. Praktické čištění zubů: Děti si pod dohledem instruktorů a společně s jedním z rodičů prakticky vyzkouší čištění zubů klasickým kartáčkem. Tato aktivita je navržena tak, aby posílila důvěru v správné techniky čištění.

3. Seznámení s dentálními pomůckami: Děti se seznámí s různými dentálními pomůckami, jako jsou malé mezizubní kartáčky nebo zubní nitě, a to v závislosti na jejich věku a potřebách. Cílem je ukázat jim, jak tyto pomůcky používat k dosažení lepší orální hygieny.

4. Vzdělávání o výživě: Stanoviště zaměřené na rozlišování mezi vhodnými a nevhodnými potravinami pro zuby, včetně demonstrace účinku Coca-Coly na vajíčko, což má ilustrovat škodlivost některých nápojů na zubní sklovinu.

5. Pohybová aktivita: Pro zpestření a uvolnění atmosféry je připravena pohybová hra, kde děti budou házet plyšové zuby do pytle, což podnítlí jejich zájem a zapojení.

6. Hmatová hra: Cílem je rozvíjet znalosti dětí o dentálních pomůckách prostřednictvím hry, kde musí hmatem poznat a správně rozřadit různé typy kartáčků a další pomůcky.

Celou akci doplňují další vzdělávací a zábavné prvky jako zubní pexeso, omalovánky s tematikou zubů, puzzle a promítání, což vytváří příjemné a hravé prostředí pro osvojení důležitých informací o dentální hygieně. Na konci akce je každé dítě odměněno diplomem a informačním letákem s kartáčkem, což má za cíl podpořit je v pravidelné péči o zuby i doma.

---



# SEZNAM AKTIVIT PRO DOSPĚLÉ

Závěrem, Světový den ústního zdraví v Ostravě představuje skvělou příležitost pro komunitu, aby se dozvěděla více o důležitosti ústní hygieny, objevila nové metody a techniky péče o zuby a dásně, a zároveň strávila příjemný čas s rodinou a přáteli. Je to akce, která spojuje edukativní hodnotu s příjemným zážitkem, a tím podporuje lepší ústní zdraví v celé komunitě.

## STÁNEK PRO KUŘÁKY 02

Smoke analyzér: Měření úrovně expozice tabákovému kouři a poradenství pro kuřáky.

## IZSU POHYB 03

Dýchací cvičení: Techniky dýchání pro podporu relaxace a zlepšení celkové pohody.

Jóga: Jógové pozice pro zlepšení flexibility, síly a duševní pohody.

Propagace moderního přístupu k zubnímu zdraví a zdraví obecně: Informace o tom, jak pohyb a fyzická aktivita přispívají k prevenci onemocnění a podporují celkové zdraví.

## 01 IZSU ZUBNÍ PREVENCE A PORADNA

Kontrola ústního zdraví: Profesionální kontrola stavu úst a zubů.

Fluoridace: Aplikace fluoridu pro posílení zubní skloviny.

Diagnocam: Neinvazivní diagnostika zubního kazu bez použití rentgenového záření.

Nácvik správného čištění zubů: Ukázka a instruktáž správné techniky čištění zubů.

Informační materiály a konzultace: Poskytování informací o možnostech náhrady ztracených zubů, včetně implantátů, mostků a protéz.

## 04 IZSU VÝŽIVOVÁ PORADNA

Nabídka online konzultací: Poskytování individuálních doporučení týkajících se stravy a jejího vlivu na zubní zdraví.

Hry o cukru a prospěšnosti pro zuby: Interaktivní hry a kvízy zaměřené na výživu a její vliv na zubní zdraví.

---

# OČEKÁVÁNÉ VÝSLEDKY

- Účast: Cílíme na to mít přes 1000 návštěvníků. Toto číslo je základní metrika úspěšnosti a bude pečlivě monitorováno v reálném čase během akce.
- Spokojenost účastníků: Po akci budou provedeny dotazníky nebo průzkumy, aby se získala zpětná vazba od účastníků. Cílem je dosáhnout vysokého stupně spokojenosti, například průměrného hodnocení 8 z 10.
- Mediální pokrytí a sociální média: Stanovíme si za cíl zvýšit viditelnost akce prostřednictvím mediálního pokrytí a aktivit na sociálních sítích. To zahrnuje dosažení určité úrovně zapojení publika na platformách sociálních médií, jako jsou lajky, sdílení a komentáře.
- Zapojení komunity: Chceme měřit úspěch v budování nebo posílení vztahů s komunitou, která akci podporuje. Důležitým ukazatelem bude počet nově navázaných partnerství a úroveň dobrovolnické podpory.

*Největším měřítkem úspěchu pro nás bude chut' všech zúčastněných a zájemců přijít znovu následující rok, což ukáže, že se z oslavy světového zdraví v Ostravě stane dlouhodobá tradice.*

---

*bez kterých by naše akce byla nemožná*

# PARTNERĚÍ



Příspěvková organizace  
Moravskoslezského kraje



**BEL**  
dental

**REPUBLIKA BEZ KAZU**



**MŮJ LÉKAŘ**  
POLIKLINIKA, KTERÁ ŠETŘÍ VÁŠ ČAS



**CURAPROX**  
Czech



**ProbiodentiX**



---

Děkujeme  
za  
důvěru

