

## CATEGORIA SPORT ȘI SĂNĂTATE – DINȚI FRUMOȘI ȘI SĂNĂTOȘI

### De ce igienă orală?

Spălătul pe dinți reprezintă unul dintre obiceiurile sănătoase cu care e bine să ne începem și să terminăm ziua. Nu ia mult timp, dar realizat corect ne poate ajuta să avem un zâmbet frumos și mai multă încredere în noi. Igiena orală contribuie la sănătatea noastră generală și de aceea nu trebuie să o neglijăm.

### Care sunt pașii organizării evenimentului?

1. Găsește o idee – Pentru un eveniment reușit, cu impact cât mai mare, se recomandă găsirea unui concept al evenimentului. Gândește-te la idea generală din spatele campaniei (să învățăm despre îngrijirea dinților, un zâmbet fermecător începe cu dinți sănătoși, cum să ne păstrăm sănătatea dinților) și la un nume pentru eveniment (Dinți sănătoși, Zâmbet de nota 10).
2. Când și unde? Alege o dată pentru eveniment care nu coincide cu o perioadă aglomerată pentru elevi (teze, olimpiade școlare etc). Evenimentul poate avea loc într-o sală de clasă, într-un amfiteatru, la un club școlar etc.
3. Ce activități să aleg? Poți organiza sesiuni educative privind igiena orală. Elevii se vor informa despre cum se folosesc ața dentară și dușul bucal, cât de des este recomandat să te speli pe dinți, alimente de evitat și alimente care contribuie la menținerea unei danturi sănătoase. Apoi vor pregăti materiale informative despre acestea și le vor comunica și celorlalți colegi. Alternativ, poți invita un doctor stomatolog voluntar care să le vorbească participanților despre aceste subiecte. Pentru a găsi persoana respectivă, apela la cercul tău de cunoștințe sau cere recomandări de la colegi, familie și prieteni. (Durata unei activități este de minim 1 oră)
4. Programul - Pune la punct un program bine organizat pentru activități și nu uita să ții cont de orarul elevilor.
5. Promovarea - Prezintă activitățile fiecărei clase. Creează un poster sau un flyer cât mai atrăgător și pe gustul tinerilor. Folosește-te chiar și de online (Facebook, site-ul școlii etc).
6. Perioada de înscriere - Alocă o perioadă suficient de mare pentru înscrieri și continuă promovarea.
7. E totul gata? Verifică cu atenție dacă fiecare detaliu e pregătit pentru desfășurarea atelierelor.
8. Discută cu părinții elevilor/ copiilor înscriși la activitate și obține în scris acordul de participare și de utilizare a imaginii din partea acestora. Nu uita să faci fotografiile și filmulețele. Acestea sunt dovada realizării acțiunii și urmează să le urci pe platforma olimpiadelek.ro. Aceste documente sunt obligatorii pentru validarea unei activități.

9. Premii – Pentru a-i motiva pe elevi să participe, gândește-te la un sistem de recompensare, astfel încât cei mai implicați să primească o diplomă sau un obiect simbolic de recunoaștere a meritelor.

10. Start la activități!

11. Festivitate de premiere – Felicită toți participanții pentru implicare, mulțumește-le și acordă-le premiile.

### SĂ FACEM UN CHECKLIST:

PAȘII IMPLEMENTĂRII	
	Găsește un concept
	Caută un medic stomatolog voluntar care să țină atelierul
	Alege o locație bună pentru activitate/activități
	Fă un calendar al implementării – de la înscriere până la zilele de desfășurare
	Semnează acordurile de participare și de utilizare a imaginii copiilor – ambii părinți
	Promovează activitățile pentru a atrage cât mai mulți participanți
	Supraveghează desfășurarea activității/activităților
	Premiază cei mai activi elevi

RESURSELE NECESARE	
	Materiale de promovare: Poster, flyer, prezentare, articol, postări pe Facebook etc
	Invitat voluntar – medic stomatolog
	Sală pentru susținerea prezentării
	Laptop, proiector, hârtie, pixuri, culori
	Premii: periute de dinți, ață dentară, pasta de dinți, diplome
	Un număr minim de 5 participanți pentru a organiza activitatea/activitățile