



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SHE4AHA
Health throughout life

Vzgoja za zdravje

Kaj je vzgoja za zdravje?

Vzgoja za zdravje je proces zagotavljanja informacij in veščin posameznikom in skupnostim za izboljšanje njihovega zdravja.

Opolnomoči ljudi, da sprejemajo informirane odločitve o svojih zdravstvenih vedenjih.

Osredotoča se na področja, kot so prehrana, telesna dejavnost, duševno zdravje, preprečevanje zlorabe snovi in obvladovanje bolezni.

Vzgoja za zdravje spodbuja zdrave življenjske sloge in ustvarja podporna okolja za zdravje in dobro počutje.

Zakaj je vzgoja
za zdravje
pomembna?

Ozavešča o tveganjih v zdravju in preprečevanju le-teh.

Spodbuja zdravo vedenje in življenjski slog.

Zmanjšuje stroške zdravstvenega varstva s spodbujanjem zgodnjega ukrepanja.

Omogoča posameznikom, da sprejemajo informirane odločitve o zdravju.

Krepi skupnosti z izboljšanjem rezultatov na področju javnega zdravja.

Razlika med vzgojo za zdravje in promocijo zdravja

Vzgoja za zdravje se osredotoča na zagotavljanje znanja in veščin posameznikom, da sprejemajo informirane odločitve o zdravju.

→ Primer: Poučevanje učencev o koristih telesne dejavnosti.

Promocija zdravja vključuje širše ukrepe, ki ustvarjajo podporna okolja za zdravje, vključno s politikami, družbenimi spremembami in programi v skupnosti.

→ Primer: Uvajanje zakonov o prepovedi kajenja na javnih mestih.

Te prosojnice so bile razvite v okviru projekta SHE4AHA.

Več informacij o projektu SHE4AHA najdete na
www.healththroughoutlife.eu

To gradivo se lahko brezplačno uporablja z jasno navedbo sklicevanja na projekt SHE4AHA

Vodnik do šole, ki promovira zdravje



Financirano s strani Evropske unije. Vendar so izražena stališča in mnenja izključno stališča avtorja(jev) in ne odražajo nujno stališč Evropske unije ali Izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Niti Evropska unija niti EACEA ne moreta biti odgovorni zanje.

Izdajatelj: Schools for Health in Europe Network
Foundation (SHE).

Datum: marec 2025