



Studentski zdravi dani

Zdravo sveučilište u suradnji sa Studentskim centrom u Zagrebu i Uredom za sport Sveučilišta u Zagrebu organizira Studentske zdrave dane, koji će se održati 8. i 9. travnja u Studentskom domu Stjepan Radić (Sava).

Dani zdravlja prepoznatljiv su projekt Studentskog zbora Sveučilišta u Zagrebu, koji su održani dvije godine zaredom (2018. i 2019.) u Studentskom centru u Zagrebu kao dvodnevna događanja. Svake godine posjetilo ih je više tisuća studentica i studenata, a kao priznanje za odličnu organizaciju i hvalevrijedan cilj, projekt je nagrađen Rektorovom nagradom Sveučilišta.

Slike prošlih izdanja Dana zdravlja:

- 2018.

https://m.facebook.com/pg/zdravo.sveuciliste/photos/?ref=page_internal&tab=album&album_id=341285006623494

- 2019.

https://m.facebook.com/pg/zdravo.sveuciliste/photos/?ref=page_internal&tab=album&album_id=552339955517997

Program ovogodišnje manifestacije:

• **petak 8.4. 15:00-20:00h**

mjesto događanja: Studentski dom Stjepan Radić, dvorana Pauk i mala menza (studentski restoran)

opis događanja: održavanje interaktivnim radionica i seminara o temama vezanima uz zdravlje (pravilna prehrana, oralno zdravlje, važnost tjelovježbe, prva pomoć i osnovno održavanje života, spolno zdravlje, mentalno zdravlje, suplementi u prehrani, kućni ljubimci i zdravlje itd.)

sudionici: 25-30 studenata svih fakulteta Sveučilišta imaju mogućnost online prijave za pojedine radionice i seminare (događanje zatvorenog tipa, ograničen broj sudionika). Edukatori su studenti Medicinskog, Stomatološkog, Farmaceutsko-biokemijskog, Prehrambeno-biotehnološkog, Veterinarskog i Kineziološkog fakulteta.

• **subota 9.4. 10:00-17:00h**

mjesto događanja: Studentski dom Stjepan Radić, dvorište (dio iza kipa Stjepana Radića), stup za popravlanje bicikala, malonogometno igralište

opis događanja: u dvorištu studentskog doma postavljeno je 12 štandova više studentskih udruga i sekcija sa zanimljivim materijalima, na kojima stoje studenti koji educiraju o određenoj temi. Od 10h-16h na punktu za popravak bicikala studenti će moći napraviti osnovni pregled i popravak (kočnice, lanci, pumpanje guma). Kroz dan, studenti će moći

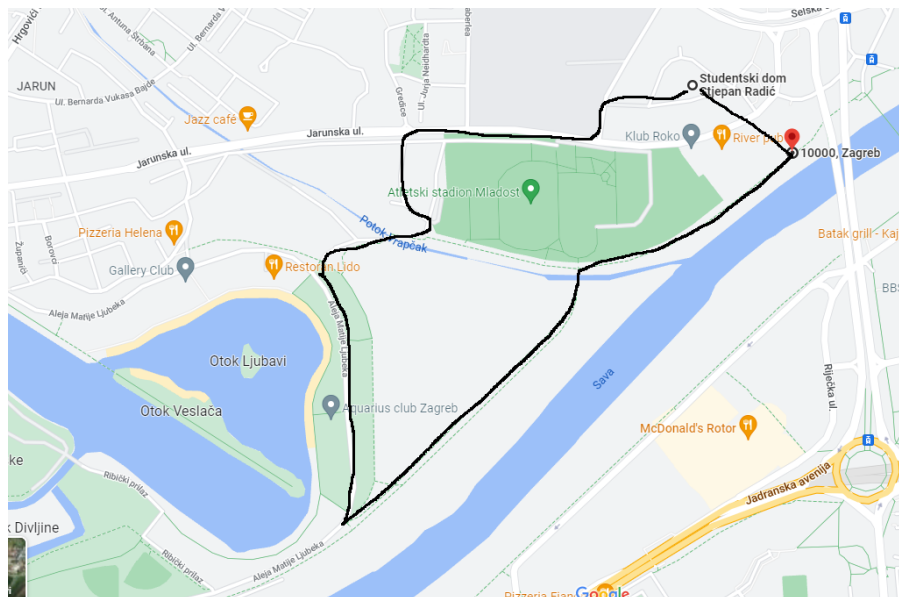
igrati pikado u dvorani Pauk (UniZG) i stolni tenis (Sport SC). Kroz dan, ulaz u teretanu slobodan za sve studente (Sport SC). U 15h studentica kineziologije održat će 40-minutno vježbanje za sve zainteresirane, a vježbanje je popraćeno glazbom i vođenjem preko mikrofona na razglas. U 16h kao kraj događanja organizirana je biciklijada (ruta u prilogu), moguće sudjelovanje biciklom, rolama, romobilom ili hodajući, trčeći.

sudionici: studenti svih fakulteta Sveučilišta imaju mogućnost dolaska na događanje, educiranja i uzimanja promo materijala sa štandova, vježbanja, popravka bicikla, igranja pikada i/ili stolnog tenisa, sudjelovanje u biciklijadi (događanje otvorenog tipa, neograničen broj sudionika)

Edukatori na štandovima su studenti Medicinskog, Stomatološkog, Farmaceutsko-biokemijskog, Prehrambeno-biotehnološkog, Edukacijsko-rehabilitacijskog, Veterinarskog i Kineziološkog fakulteta, a na punktu za popravak bicikala volontiraju studenti Fakulteta elektrotehnike i računarstva (KSET)

napomene: biciklijada je organizirana u skladu sa svim dozvoljenim mjerama, dobivene su potrebne dozvole Grada Zagreba i objekta Jarun, a MUP Policijska postaja Trešnjevka je u procesu izrade. Namirnice koje će se upotrebljavati na štandu Prehrambeno-biotehnološkog, Farmaceutsko-biokemijskog i Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta, osigurat će udruge uz pomoć sponzora te će one imati sve potrebne deklaracije. Potrebne materijale za popravak bicikala osigurava Klub studenata elektrotehnike (FER). Bočice vode za sudionike osiguravaju sponzori (u dogovoru). Plaćanje ZAMPa na trošak Studentskog zbora Sveučilišta u Zagrebu.

RUTA BICIKLIJADE:



ALTERNATIVNI PROGRAM (uslijed vremenskih neprilika): u slučaju kiše, štandovi će se postaviti u natkrivenom prostoru pored izlaska iz kina.

O organizatoru: *Zdravo sveučilište* promotivno-preventivni je program Odbora za studentsku zdravstvenu zaštitu Studentskog zbora Sveučilišta u Zagrebu, koji su 2018. godine pokrenuli studenti, danas već doktori, farmaceuti, nutricionisti. U četiri godine

postojanja učinjeno je mnogo za promociju zdravlja i edukaciju o važnim temama vezanima uz zdravstvenu zaštitu studenata, očuvanje zdravlja i prevenciju bolesti.

