



ПРЕДВАРИТЕЛНА ПРОГРАМА
УЧИЛИЩЕ ЗА ЗДРАВЕ- ЗА ДЕЦА, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ
 30 юни-6 юли 2024 г., курортен комплекс Албена

30 ЮНИ, Неделя	
14:00 и след това	<p>Пристигане в к. К.Албена Настаняване в хотел Малибу Регистрация на семействата <i>*Забележка: Регистрират се само участници, за които до 15.06.2024 вкл. е платена таксата за участие в банковата сметка на сдружението в Централна Кооперативна Банка</i></p>
16:00 – 17:00	Настаняване на участниците по стаите
17:00 – 18:00	<p>Среща за „Добре дошли“ Представяне на програмата на „Училище за здраве - за деца, родители и учители“ Инструктаж за безопасност, Правила и задължения на участниците. <i>В срещата участват: Светослав Ханджиев, Теодора Ханджиева-Дърленска, Жени Стайкова</i></p>
19:00	Вечеря в ресторанта на хотел Малибу
19:00- 22:00	Свободно време
22:00	Лягане за сън
1 ЮЛИ, Понеделник	
08:00 – 08:15	Среща на всички участници на рецепцията на хотел “Малибу”
8:20 – 8:45	Гимнастика на плажа
9:00 – 10:00	Закуска в ресторанта на Хотел “Малибу”
10:00-11:00	<p>РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ: Лекция-беседа Здравословно хранене в детска възраст, доц. д-р Т. Ханджиева-Дърленска ДЕЦА: Кулинарна работилница на тема „Плодова бомба“</p>
11:00 – 12:30	Свободно време
13:00 – 14:00	Обяд в ресторанта на хотел “Малибу”
14:00 – 16:00	Следобедна почивка
16:00 – 17:30	РОДИТЕЛИ, УЧИТЕЛИ И ДЕЦА: Антропометрични измервания за установяване на индекс на телесна маса, телесен състав и рискови фактори
17:30 – 19:00	Свободно време



ПРЕДВАРИТЕЛНА ПРОГРАМА
УЧИЛИЩЕ ЗА ЗДРАВЕ- ЗА ДЕЦА, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ
 30 юни-6 юли 2024 г., курортен комплекс Албена

19:00	Вечеря в ресторанта на хотел "Малибу"
20:00- 22:00	Игри на открито
22:00	Лягане за сън
2 ЮЛИ, Вторник	
08:00 – 08:15	Среща на всички участници на рецепцията на хотел "Малибу"
8:20 – 8:45	Гимнастика на плажа
9:00 – 10:00	Закуска в ресторанта на Хотел "Малибу"
10:00 – 11:00	РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ: Лекция-беседа Вредна ли е захарта? проф. д-р Ружа Панчева, педиатър-диетолог, Медицински университет, Варна ДЕЦА: Кулинарна работилница на тема „Лошите или добрите: чипс или зеленчуци“
11:30 – 12:30	Спортни занимания, игри и отдих* <i>*Забележка: В зависимост от климатичните условия, спортните занимания и игри ще се проведат на плажа или на друг, подходящ терен, за това е желателно родителите и децата да бъдат предварително подготвени със спортни екипи и подходящо облекло</i>
13:00-14:00	Обяд в ресторанта на хотел "Малибу"
14:00 – 16:00	Следобедна почивка
16:00 – 18:00	Спортни занимания, игри и отдих* <i>*Забележка: В зависимост от климатичните условия, спортните занимания и игри ще се проведат на плажа или на друг, подходящ терен, за това е желателно родителите и децата да бъдат предварително подготвени със спортни екипи и подходящо облекло</i>
19:00	Вечеря в ресторанта на хотел "Малибу"
20:00- 22:00	Свободно време
22:00	Лягане за сън
3 ЮЛИ, Сряда	
08:00 – 08:15	Среща на всички участници на рецепцията на хотел "Малибу"
8:20 – 8:45	Гимнастика на плажа



ПРЕДВАРИТЕЛНА ПРОГРАМА
УЧИЛИЩЕ ЗА ЗДРАВЕ- ЗА ДЕЦА, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ
 30 юни-6 юли 2024 г., курортен комплекс Албена

09:00 – 10:00	Закуска в ресторанта на Хотел “Малибу”
10:00 – 12:00	РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ: Лекция-беседа Има ли забранени храни в детска възраст? д-р Райна Стоянова, ендокринолог-диетолог ДЕЦА: Кулинарна работилница на тема „Супер-айрянко за супер-мускули“
12:30 – 13:30	Обяд в ресторанта на хотел “Малибу”
13:30 – 15:30	Следобедна почивка
16:00 – 18:00	Спортни занимания, игри и отдых. Игри в морето или в басейн* <i>*Забележка: В зависимост от климатичните условия, спортните занимания и игри ще се проведат на плажа или на друг, подходящ терен, за това е желателно родителите и децата да бъдат предварително подготвени със спортни екипи и подходящо облекло</i>
19:00	Вечеря в ресторанта на хотел “Малибу”
19:00- 22:00	Свободно време
22:00	Лягане за сън
4 ЮЛИ, Четвъртък	
08:00 – 08:15	Среща на всички участници на рецепцията на хотел “Малибу”
8:20 – 8:45	Гимнастика на плажа
09:00 – 10:00	Закуска в ресторанта на Хотел “Малибу”
10:00 – 11:00	За здравето на нашите зъби, д-р Геновева Балчева, стоматолог, Медицински университет, Варна ДЕЦА: Кулинарна работилница на тема „Яките сандвичи“
11:00 – 12:00	За децата, родителите и учителите ще се организират спортни игри, разходки или игри на плажа, в морето или басейна
12:30 – 13:30	Обяд в ресторанта на хотел “Малибу”



ПРЕДВАРИТЕЛНА ПРОГРАМА
УЧИЛИЩЕ ЗА ЗДРАВЕ- ЗА ДЕЦА, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ
 30 юни-6 юли 2024 г., курортен комплекс Албена

14:00 – 16:00	Следобедна почивка
16:00 – 18:00	Среща на рецепцията на Хотел „Малибу“ Разходка по плажа до Кранево
19:00	Вечеря
21:00- 22:00	Свободно време
22:00	Лягане за сън
5 ЮЛИ, Петък	
08:00 – 08:15	Среща на всички участници на рецепцията на хотел “Малибу”
8:20 – 8:45	Гимнастика на плажа
09:00 – 10:00	Закуска в ресторанта на Хотел “Малибу”
10:00 – 11:00	Сън и здраве, проф. д-р Жени Стайкова, Медицински университет, София ДЕЦА: Рисуване на любимата храна
11:00 – 13:00	Свободно време
12:30	Обяд в ресторанта на хотел “Малибу”
14:00 – 16:00	Следобедна почивка
16:00 – 17:30	Официално закриване Беседа „Въпроси и отговори“ Раздаване на сертификати за участие в Училище за здраве – за деца, родители и учители



ПРЕДВАРИТЕЛНА ПРОГРАМА
УЧИЛИЩЕ ЗА ЗДРАВЕ- ЗА ДЕЦА, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛИ
 30 юни-6 юли 2024 г., курортен комплекс Албена

19:00 – 21:00	Празнична вечеря в ресторанта на хотел “Малибу” с танци
21:00- 22:00	Свободно време
22:00	Лягане за сън
6 ЮЛИ, Събота	
09:00 – 11:00	За децата, родителите и учителите ще се организират спортни игри, разходки и игри на плажа, в морето или басейна
11:00 – 12:00	Освобождение на стаите и подготовка за пътуването
12:00	Участниците получават своите пакети с храна за път – обяда за този ден трябва да се предостави под формата на сух пакет за всички гости в програмата
12:30	Отпътуване от Албена