



Raplamaa 2017. aasta tervisekampania

**Magan palju – jõuan rohkem!  
Õpilasesinduste koolituse kutse**

Toimumise aeg ja koht: 7. märts 2017.a.

Rapla Kultuurikeskuse II korruse kammersaal  
kell 14 - 17

Eesti koolinoortest 2/3 on argipäeviti väsinud. 2016. aasta osaluskohvikus oli üheks teemaks magamata ööd ja nende mõju noorte tervisele – noored on ise ka mures ning pakkusid välja hulga lahendusi, mida käesoleva kampaniaga saame rakendada.

**Kutsume Sind, hea õpilasesinduse liige, väga olulisele koolitusele!**

Koolitusele ootame igast koolist 3-4 õpilasesinduse liiget, kes viivad saadud teadmised kooli ja jagavad seda kaasõpilastega.

**Ajakava:**

- 13.30 Tervitustoitumine
- 14.00 Kampania tutvustus, Ülle Laasner, tervisedenduse spetsialist
- 14.20 Õpilasesinduste võimalused õpilaste huvide ja õiguste eest seismisel koolis, Adreanne Kallas, Eesti Õpilasesinduste Liidu juhatuse esimees
- Vahepealt jälle sööme!
- 15.00 Aktiivkoolitus: Väsimus. Põhjused, tagajärjed. Mida saame teha? Arutelud ja grupitööd, Urve Uusberg, psühholoog
- Ka siia jätkub süüa!
- 17.00 Päeva kokkuvõtte ja kojuminek

Palume registreeruda koolitusele **6. märtsiks** [SIIN](#)

Info: [ylle.laasner@rapla.maavalitsus.ee](mailto:ylle.laasner@rapla.maavalitsus.ee), tel 4841124, 5284090

