

Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

V Ljubljani, 23. 10. 2024

Vsem osnovnim in srednjim šolam v Sloveniji

**VABILO ZA SODELOVANJE NA RAZPISU 26. DRŽAVNEGA TEKMOVANJA
ZDRAV DIH ZA NAVDIH
ZA UČENCE OSNOVNIH IN DIJAKE SREDNJIH ŠOL
ZA ŠOLSKO LETO 2024/25**

Spoštovani!

Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije v šolskem letu 2024/25 razpisuje državno tekmovanje *Zdrav dih za navdih* in vabi k sodelovanju učence osnovnih in dijake srednjih šol.

Sodelujete tako, da do 31. januarja 2025 pošljete:

1. Prijavo v elektronski obliki na priloženem excelovem obrazcu na elektronski naslov mladinsko.tekmovanje@dpabs.si (za pošiljanje odprite novo e-sporočilo in v zadevo **obvezno napišite ime šole**).
2. Soglasje staršev za mladoletne tekmovalce ali soglasje tekmovalcev, če so le-ti že polnoletni. Soglasje mora biti **obvezno izpolnjeno na našem obrazcu**, ki je v prilogi. Soglasje lahko pošljete v elektronski ali fizični obliki.
3. Izdelke tekmovalcev v **elektronski obliki po e-pošti IN nato še v fizični obliki po klasični pošti**.

Glede oddaje izdelkov vas prosimo, da sledite podrobnejšim navodilom, ki so podana v nadaljevanju pod naslovom **POMEMBNO PRI PRIJAVI IN ODDAJI IZDELKOV**.

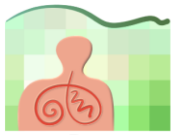
CILJI TEKMOVANJA

je prispevati k boljšemu poznavanju dihal, boleznih dihal, alergijah in vpliva okolja na dihala ter pojava alergij med otroki, učenci in dijaki. Posebej pa želimo opozoriti na **izredno perečo problematiko kajenja med mladimi**. Otroke in mladostnike na njim prijazen način - s tem, ko sami razmišljajo, raziskujejo in ustvarjajo različne izdelke na razpisane teme - ozaveščamo o škodljivih posledicah uživanja tobaka.

KOMU JE NAMENJENO?

Sodelovanje na tekmovanju je prostovoljno. Tekmovalci so lahko osnovnošolci ali srednješolci, vpisani v tekoče šolsko leto. Tekmovanje je urejeno s Pravilnikom o državnem tekmovanju *Zdrav dih za navdih* za predšolske otroke, učence osnovnih in dijake srednjih šol (v nadaljnjem besedilu pravilnik), ki je objavljen na spletni strani www.dpabs.si.

Letos vam v razmišljanje ponujamo dve vedno aktualni temi. Priložena vprašanja so vam lahko v pomoč, da ob njih razmišljate o sebi in svoji okolici ... seveda pa lahko razmišljanje razširite še na sorodne teme o naših dihalih, njihovem zdravju, zaščiti in škodljivih vplivih nanje. O tem pišite, rišite, ustvarjajte, ... Veseli bomo vaših izdelkov.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

Tema 1: KADILEC ALI NEKADILEC – KDO SEM JAZ?

Priporočeni naslovi:

1. Kadim ali ne kadim? Zakaj sem se za to odločil? Koliko trdno stojim za svojo odločitvijo? Kaj ali kdo lahko vpliva nanjo?
2. Kakšen je vpliv kajenja na zdravje mladostnika?
3. Kaj je odvisnost od kajenja in kako se razvije?
4. Kako prenehati kaditi: oblike pomoči, ukrepi družbe za zmanjšanje kajenja, ...
5. Elektronske cigarete: kaj vem o njihovih škodljivih učinkih, zakaj so priljubljene med mladimi, v čem se razlikujejo od navadnih cigaret, ...
6. Ekonomski vidik kajenja: stroški za kadilca in družbo.
7. Kajenje in zdravje: na katere organske sisteme vpliva kajenje in kako?
8. Kajenje in dobra/slaba samopodoba: ali obstaja povezava?
9. Kaj je pasivno kajenje? Ali sem pasivni kadilec? Lahko na to vplivam?
10. Kaj so protikadilske kampanje? Imaš tudi sam kakšno idejo zanje?

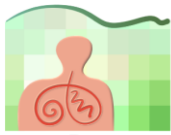
Tema 2: ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG IN KAKOVOST ZRAKA – VPLIV NA ZDRAVJE DIHAL

Priporočeni naslovi:

1. Kaj vpliva na kakovost zraka doma, v šoli, v kraju kjer živimo?
2. Kako lahko vplivamo na kakovost zraka doma, v šoli, v kraju?
3. Kateri so glavni onesnaževalci zraka doma, v šoli, v kraju?
4. Pljučne bolezni povezane s kakovostjo zraka doma, v šoli, v kraju?
5. S kakšnimi ukrepi lahko dosežemo zmanjšanje pljučnih bolezni in alergij zaradi onesnaženosti zraka?
6. Kaj razumeš pod besedno zvezo »zdrav življenjski slog«?
7. Kako zdrav življenjski slog vpliva na zdravje dihal?
8. Kaj lahko sam naredim, da vzdržujem zdrav življenjski slog?
9. Ali si že slišal za »alergijski pohod«? Kaj pomeni? Kako nanj vplivata kakovost zraka in zdrav življenjski slog?
10. Bolezni dihal v otroštvu in odrasli dobi? Ali obstajajo razlike? Lahko s svojim življenjskim slogom vplivamo na njihov pojav, potek?

Tekmovalci lahko sodelujejo z naslednjimi izdelki:

- leposlovni spis (domišljijski, doživljajski itd.),
- poezija,
- intervju z bolnikom ali z zdravstvenim delavcem (zdravnikom, medicinsko sestro itd.),
- dramski prizor v pisni ali elektronski obliki,
- risba (format A3 ali A4),
- plakat (format A3 – največji do 90x60 cm),
- video predstavitev,
- likovni izdelek v kakršnikoli tehniki, velikost do 30 cm,
- raziskovalna naloga v pisni ali elektronski obliki.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

POMEMBNO PRI PRIJAVI IN ODDAJI IZDELKOV

1. Prijava na tekmovanje

Prijavo na tekmovanje pošlje mentor šole v elektronski obliki do **31. januarja 2025** na priloženem excelovem obrazcu na elektronski naslov mladinsko.tekmovanje@dpabs.si
Prosimo vas, da pri pošiljanju prijav in izdelkov naredite novo e-sporočilo in v zadevo **obvezno napišite ime šole**.

2. Priložite soglasje staršev oz. tekmovalcev – obvezno na obrazcu društva

Šola je dolžna mentorje, tekmovalce, starše oziroma zakonite zastopnike seznaniti s tem, da društvo osebne podatke sodelujočih oseb obdeluje za namen izvedbe in promocije državnega tekmovanja in da bo izdelke ter rezultate, skupaj z imenom, priimkom tekmovalca, razredom oziroma oddelkom, nazivom šole ter imenom in priimkom mentorja tudi javno objavilo. O tem je k prijavi oz. izdelkom treba priložiti tudi pisno izjavo staršev oziroma njihovih zakonitih zastopnikov, za tekmovalce, ki so polnoletni pa izjavo tekmovalcev. **Za soglasje je treba obvezno uporabiti obrazec našega društva, ki je Priloga 2 tega razpisa.**

3. Izdelke je treba poslati po elektronski in klasični pošti

Izdelki morajo biti opremljeni z naslednjimi čitljivo napisanimi podatki tekmovalca: ime, priimek, starost, oddelek ali razred, ime in naslov šole ter ime in priimek učitelja oziroma mentorja.

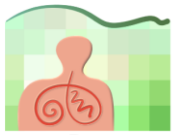
Vse izdelke je treba poslati:

1. po **elektronski pošti na naslov mladinsko.tekmovanje@dpabs.si** (pri pošiljanju odprite novo e-sporočilo v zadevo napišite ime šole)
in prav tako
2. **v fizični obliki** (razen videoposnetkov) na naslov Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana s pripisom »za ocenjevalno komisijo«. Izdelke pošljite **do 31. januarja 2025**.

V elektronski obliki jih potrebujemo za ocenjevanje in da jih lahko vključimo v prezentacije, ki jih z veseljem pokažemo na različnih dogodkih našega društva ter za objavo v glasilu in na spletni strani društva. V fizični obliki pa jih potrebujemo za ocenjevanje in za predstavitev na razstavah.

Predno izdelke pošljete po klasični pošti jih prosimo fotografirajte oziroma shranite v digitalni obliki in nam takšne pošljete **po elektronski pošti**. Vsi izdelki morajo biti ustrezno poimenovani po avtorju izdelka in osnovni oziroma srednji šoli iz katere prihaja.

- a. **Pisne izdelke** kot so poezije, spisi, raziskovalne naloge, predstavitve in drugi pisni izdelki pošljite **v wordovem ali pdf dokumentu** in nato v fizični obliki še po klasični pošti.
- b. Plakate, makete, risbe ter druge **likovne izdelke pa fotografirajte** (to lahko s telefonom naredijo že učenci oz. dijaki sami) in po e-pošti pošljite **fotografije**. Nato pa izdelke pošljite še v fizični obliki po klasični pošti.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

- c. **Video** posnetke pošljite po e-pošti, s pomočjo drajva ali we-transferja v **.mp4** formatu. Video posnetkov po klasični pošti ni treba pošiljati.

ODLIČJA

Trstika (zlata, srebrna, bronasta), ali **priznanje za sodelovanje** – prejme tekmovallec ali več tekmovalcev glede na doseženo število točk. Mentorji prejmejo **potrdila** o sodelovanju. Ocenjevalna komisija obvesti o rezultatih tekmovanja sodelujoče šole ter objavi rezultate na spletni strani društva.

Zaključna prireditev s podelitvijo odličij bo v soboto 12. aprila 2025. O lokaciji in podrobnostih vas bomo obvestili naknadno.

Veselimo se vašega sodelovanja in z zanimanjem pričakujemo izdelke tekmovalcev.

Lepo vas pozdravljamo in vam želimo zdrav dih.

Katja Prunk Volk, dr. med., spec. pediatrije
vodja Projektne skupine za otroško
in mladinsko aktivnost

mag. Metka Nežič, spec. manag.
predsednica Društva pljučnih
in alergijskih bolnikov Slovenije

Priloga 1: Obrazec za prijavo

Priloga 2: Obrazce za soglasje