2013-2015

Kaitse end ja teisi.  
  
16. oktoobril toimus Tallinnas, hotellis Olümpia, Tartu Ülikooli uuringu "TerVe" seminar, kus anti ülevaade uuringu tulemustest.  
2012-2013 õppeaastal läbiviidud uuringus vastas meie koolist viiele põhjalikule küsimustikule praegune 8c klass.  
  
Seminaril osales tervisenõukogu esimees Kristiina Tiits

• Koolitusprogrammi eesmärk on anda 6. klasside õpilastele põhikooli riikliku õppekava  
läbiva teema „Tervis ja ohutus“ alusel eluks vajalikke ohutusalaseid teadmisi ja oskusi.  
• Põhikooli riikliku õppekava läbiva teema „Tervis ja ohutus” käsitlemisega taotletakse  
õpilase kujunemist vaimselt, emotsionaalselt, sotsiaalselt ja füüsiliselt terveks  
ühiskonnaliikmeks, kes on võimeline järgima tervislikku eluviisi, käituma turvaliselt ning  
kaasa aitama tervist edendava turvalise keskkonna kujundamisele.  
a) Tervisekasvatus põhineb õpilaste tervisega seonduvate teadmiste ja hoiakute  
ning sotsiaalsete toimetulekuoskuste arendamisel. Seda toetab tervist edendava  
kooli põhimõtete rakendamine koolis.  
b) Ohutuse valdkonnas õpetatakse käituma ohutult liiklus-, tule-, veeohu ja teiste  
keskkonnast tulenevate ohtude puhul ning otsima vajaduse korral abi.



Laste ja lastevanemate käitumine ja hoiakud

**Tervise Arengu Instituudi uuringus „Laste ja lastevanemate käitumine ja hoiakud“ osaleb Tallinna 21. Kooli 6b klass.  
Üle Eesti osaleb 68 tervist edendavat kooli.  
Uuringut  kasutab Tervise Arengu Instituut püsiva lastevanematele suunatud programmi loomiseks, mida koolid saavad endale tellida alates 2015.  
  
  
2013 aasta oktoobris toimus I küsitlus.  
2014 aasta aprillis toimub II küsitlus.  
Küsitluses osalevad nii õpilased kui nende vanemad.  
  
  
Uuringu viib läbi  
Mariliis Tael  
Tervise Arengu Instituudi  
tervise edendamise osakonna  
vanemspetsialist**

**Sõbralik koolisöökla**

Ülevaatus- konkurss  **„Sõbralik koolisöökla“** raames on välja selgitatud  kooli kodulehtedel olevate menüüde põhjal 10 paremat koolisööklat:  
  
·        **Tallinna Inglise Kolledž ( toitlustaja P. Dussmann Eesti OÜ)**  
  
·        **Tallinna Läänemere Gümnaasium (OÜ Bramos)**  
  
·        **Tallinna Ranniku Gümnaasium (OÜ Bramos)**  
  
·        **Tallinna 21 Kool (AS Tuleleek)**  
  
·        **Tallinna Kuristiku Gümnaasium (AS Tuleleek)**  
  
·        **Vanalinna Hariduskolleegium (Koolitoitlustuse OÜ)**  
  
·        **Tallinna Õismäe Gümnaasium (OÜ Bramos)**  
  
·        **Tallinna Tõnismäe Reaalkool (OÜ Ralmend)**  
  
·        **Tallinna Kunstigümnaasium (OÜ Flosse)**  
  
·        **Pelgulinna Gümnaasium (OÜ Flosse**)

**Austatud toitlustajad ja kooli tervisenõukogu liikmed,**  
  
  
  
**Olete oodatud 13.novembril kell 14.00 Tallinna Õpetajate Maja II korruse saali tunnustusüritusele „Tervis muusikast“, kus antakse üle tunnustus „Tervislik koolipuhvet 2014“ järgmistele koolipuhvetitele:**  
  
**·        Tallinna Õismäe Gümnaasium / OÜ Bramos**  
  
**·        Tallinna Tehnikagümnaasium / Koolitoitlustuse OÜ**  
  
**·        Tallinna Järveotsa Gümnaasium / Koolitoitlustuse OÜ**  
  
**·        Jakob Westholmi Gümnaasium / Baltic Restaurants Estonia AS**  
  
**·        Tallinna Läänemere Gümnaasium / OÜ Bramos**  
  
**·        Tallinna 21.Kool / AS Tuleleek**  
  
**·        Tallinna Arte Gümnaasium / Baltic Restaurants Estonia AS**  
  
**·        Pelgulinna Gümnaasium / OÜ Flosse**  
  
**·        Gustav Adolfi Gümnaasium / RK Teeninduse OÜ**  
  
**·        Tallinna Humanitaargümnaasium / Koolitoitlustuse OÜ**  
  
**Eriauhinnad:**  
  
**·        Tallinna Mustamäe Gümnaasium / Koolitoitlustuse OÜ**  
  
**·        Tallinna Merekalda Kool / OÜ Senum**  
  
   
  
   
  
Lugupidamisega,   
  
   
  
**Eve Levand**,   
  
  
  
  
  
  
  
  
**Aprilli kolmas nädal (14.–20. aprill)** on Eestis traditsiooniliselt pühendatud südametervisele.  
**Südamenädalat** tähistatakse Eestis alates 1993. aastast – tänavu juba 22. korda.  
  
Kooli võimlas ootab õpetaja Pille Juus õpilasi iga päev kell 10.45, 11.45 ja 13.45  
Toimuvad võistlused, kus on vaja osavust, jõudu, täpsust!  
  
Õpetajad saavad kontrollida oma südametervist koolis medõe  
juures sellel nädalal kell 13.00-14.00  
  
  
  
  
  
  
Vaata juurde [www.terviseinfo.ee](http://www.terviseinfo.ee/)  
  
kesklinna üritused leiad siit  
<http://www.tallinn.ee/est/kesklinn/Sudamenadal-2014.png>  
  
RÕÕMU LIIKUMISEST!

**Kutse Teatejooksule**  
  
  
  
**Lugupeetud kehalise kasvatuse õpetaja, huvijuht, klassijuhataja, kooli direktor,**  
  
  
  
**Neljapäeval, 8. mail toimub 20 paigas üle Eesti suur Teatejooks, kuhu on osalema oodatud kõik 5.-9. klasside lapsed ja noored. Kokku ootame umbes 8000 tublit noort. Kutsume teie kooli õpilasi samuti osalema!**  
  
Teatejooks toimub samaaegselt Tallinnas, Haapsalus, Jõgeval, Kuressaares, Kohtla-Järvel, Kohtla-Nõmmel, Kärdlas, Narvas, Otepääl, Paides, Raplas, Põlvas, Pärnus, Rakveres, Sillamäel, Tartus, Toilas, Valgas, Viljandis ja Võrus.  
  
Teatejooks on **heategevuslik** üritus, mis toetab liikumisvõime kaotanud laste ravi. Jooksu idee on anda noortele võimalus tunda rõõmu liikumisest ja tervislikest eluviisidest, samal ajal saavad nad osalemisega anda oma moraalse panuse nende eakaaslaste ravi jaoks, kes on õnnetu juhuse või haiguse läbi liikumisvõime kaotanud. See on ühtlasi hea võimalus õpetada noortele heategevuse tähtsust ning kaasata neid juba varakult heade tegude tegemisse.  
  
Kõigis linnades peetakse Teatejooks viies vanusegrupis: 5., 6., 7., 8. ja 9. klassi noortele. Iga kool võib välja panna **piiramatul arvul võistkondi**, samuti võivad osaleda sõpruskondade võistkonnad. Võistkonnas on kaheksa liiget, iga jooksja läbib 200-meetri pikkuse distantsi. Täpsemad võistlusreeglid leiate Teatejooksu kodulehel [www.teatejooks.ee](http://www.teatejooks.ee/). Võitjaid välja ei selgitata, oluline on osavõtt!  
  
Teatejooksust osavõtt on osalevatele lastele **tasuta**. Lapsed saavad endale tänutäheks ja mälestuseks jooksul osalemisest Teatejooksu särgid, mis liikumisaasta puhul on seekord sinist värvi. Teatejooksule saab registreeruda kuni **24. aprillini**.  
  
**Kutsume Teie kooli õpilasi osalema!**  
  
**REGISTREERIMINE:**  
  
Liisa Roos  
  
Tel: 51 80 769  
  
E-post: [liisa@spordiinfo.ee](mailto:liisa@spordiinfo.ee)  
  
  
  
  
P.S. Korraldajatelt saab soovi korral kooli üles panemiseks Teatejooksu tutvustava plakati.