

Tervise Arengu Instituut
„TEIP“
Hiiu 42, 11619 TALLINN

Täidab Tervise Arengu Instituut

...../...../.....
Projekti valdkond

Kontaktisik: Reelika Viitamees
Tel. 6593972

Taotluse esitamise aeg

E-mail: reelika.viitamees@tai.ee

2012 –

1. PROJEKTI NIMETUS:	HAMBATARKUST!
2. PROJEKTI JUHT Ees- ja perekonnanimi:	RENÈ LEPPIN
Vanus:	18-aastane
3. KOOL:	Tartu Kunstigümnaasium (www.tkug.tartu.ee)
Kooli aadress:	Aianduse tänav 4, Tartu, 50110
Klass:	12
Koolipoolne juhendaja: (ees- ja perekonnanimi, telefon)	Karmo Kurvits,
Kas kool kuulub tervist edendavasse võrgustikku?	Ei
4. PROJEKTI TEGEVUS Projekti ajaline kestvus:	1. detsember 2012 – 1. veebruar 2013
Tegevus oli: (jooni alla)	<ul style="list-style-type: none">• <u>Korduv</u> (sarnast tegevust viiakse ellu rohkem kui üks kord). Loodame, et ka järgmisel aastal viivad kooli abiturientid antud projekti tegevused läbi. Sellest võiks saada meie kooli järjekordne traditsioon. Võiksime olla eeskujuks paljudele Eesti koolidele.
Projekti toimumiskoht: (riik/ maakond/ linn/ vald)	Eesti / Tartu maakond / Tartu linn
5. SIHTRÜHM:	Tartu Kunstigümnaasiumi 1. klassi ning 12. klassi õpilased + nende vanemad
Sihtrühma vanus:	Õpilased: 7-8 aastased ja 18-19 aastased

Planeeritud sihtrühma suurus:	1. klassi õpilased: 63 12. klassi õpilased: 32	Kokku: 95
--------------------------------------	---	-----------

<p>6. PROJEKTI TEGEVUSE KIRJELDUS: (Palun märkida ka kanalid sihtrühmale info jagamiseks ning kus tegevus toimus)</p>	<p>Tegevuse kirjeldus: Viime läbi tegevusi, mis õpetavad õpilastele hammaste eest hoolitsemist ja õiget toitumist. 1. klassi õpilastele tehakse seda kõike mänguliselt ja lõbusas vormis. Abiturientide puhul kasutatakse loengu ja praktiliste tegevuste põhimõtteid.</p> <p>Tegevused:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tervete hammaste päev (detsembris 2012) <p>- 1. klassi õpilasi külastab suuhügienist, kes tutvustab lastele õiget hammaste hooldust ning tervislikku toitumist. Praktiliste õppevahenditega näidatakse, kuidas tuleb hambaid pesta, miks tuleb kasutada hambaniiti, kui sageli tuleb hambaharja vahetada, mis on suuvesi ning miks ta kasulik on jne. Õpilastele selgitatakse, kuidas on seotud inimese tervis hammaste tervisega. Õpilased vaatavad tunnis Jänku-Jussi multifilmi ning lahendavad 12. klassi õpilaste poolt koostatud ristsõna. Igale õpilasele kingitakse infovoldik (mis loodetavasti jõuab ka laste emadele ja isadele), lisaks ka uus isiklik hambahari, -niit ja lastele mõeldud hambapasta. Hambahari valitakse eelnevalt välja koos suuhügienistiga, kes aitab valida lastele kõige õigema. Ka hambapasta valimisel on lubanud nõu ja jõuga abiks olla suuhügienist.</p> <p>- Ka 12. klassi õpilasi külastab suuhügienist, kes tutvustab hammaste õiget hooldust ja õiget toitumist. Toimub loeng (2 tundi) teemal „Õige hammaste harjamine ja tervislik toitumine tagab hea ja tugeva tervise“. Igale õpilasele antakse infovoldik ning samuti ka uus isiklik hambahari, -niit ja hambapasta, mis on puberteedieast väljuvatele noortele kõige sobilikumad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Joonistamisvõistlus (jaanuaris 2013) <p>- 1. klassi õpilased joonistavad kunstiõpetuse tunnis pildi selle kohta, mida nad suuhügienistilt õppisid. Teemad: hammaste pesemine, hambahari, tervislik toitumine vms. Tööde väljapanek, parimatele preemiad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Foto- ja videokonkurss (jaanuaris 2013) <p>- 12. klassi õpilased teevad kunsti- ja ettevõtlusõpetuse tunnis foto või video teemadel: hammaste õige harjamine, tervislik toitumine, hambaniidi kasutamine, suuvesi vms. Tööde väljapanek, parimatele preemiad.</p>
--	--

	<p>Kanalid sihtrühmale info jagamiseks: reklaam kohalikus infoteleris, plakat teadetahvlil, kooli kodulehekül, kooli Facebook, Tartu Postimees</p> <p>Tegevus toimub: Tartu Kunstigümnaasium</p>
<p>Projekti vajaduse kirjeldus:</p>	<p>Projekt on väga oluline, sest nii lapsed kui ka varsti kooli lõpetavad abiturientid pole tegelikult kursis (või on ära unustanud), kuidas hoida oma suu bakterite eest kaitstud ning puhas. Õpilased ei tea tihtilugu, kui oluline on pesta oma hambaid kaks korda päevas ning kui oluline on kasutada hambaniiti ja suuvett. Paljud terviseprobleemid tulenevad inimesel enamasti hammastest ja suu tervises seisundist, seetõttu tahamegi rõhutada juba varakult suuhügieeni tähtsust.</p>
<p>Projekti eesmärk:</p>	<p>Suurendada 1. klassi põnnide ja 12. klassi õpilaste teadlikkust suuhügieenist ja selle olulisusest</p>
<p>Metoodika ja tõendus põhjus: (Näiteks teostatud uurimuste ja teaduskirjanduse alusel)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Loeng, praktilised tööd, koolitus, võistlus <p>On selgeks tehtud, et erineva vanusegrupi (nt lasteaialapsed, vanurid jne) inimesed peavad kasutama tegelikult erinevaid hambaharju ja pastasid. Normaalne ja äärmiselt vajalik on pesta hambaid kaks korda päevas ning umbes 2-3 minutit.</p> <p>Eesti lasteaedades koolitatakse lapsi palju (allikas: kiku.hambaarst.ee), kuidas hambaid õigesti harjata, millist pastat kasutada jne. Küll aga kooli tulles kipuvad suu tervisega seotud teadmised ununema ning ka laiskus tihtipeale ei soosi vajalikku suuhügieeni. Hoopis väheste teadmistega on gümnaasiumi noored, kes ei teadvusta, et kogu tervis on tihedalt seotud hammaste tervisega. Meie arvates on väga tähtis, et gümnaasiumi lõpetaja (kes hakkab varsti peret looma), teab, kui tähtis on hammaste õige hooldus. Nii kanduvad teadmised edasi ka tulevastele põlvvedele.</p> <p>Kõige paremini on esimese klassi lapsi õpetada mänguliselt ja praktiliste tegevuste toel. See aitab neil kõige paremini vajalikku teemat omandada ning tuletab meelde lasteaias omandatud oskusi ja teadmisi. Laste kaudu jõuab info kindlasti ka kodudesse.</p> <p>Gümnaasistidele sobib loenguvorm ning samuti praktilised tegevused. Fotode ja videote tegemine on populaarne ajaveetmise vorm, millega saaks ka vanemate õpilasteni teadmised viia.</p> <p>Loodetavasti mõjub hambaharjade ja –pastade kinkimine niimoodi, et õpilased saavad aru ning mõistavad, et harja tuleks vahetada mitu korda aastas. Samuti on oluline teadmine,</p>

	missugune on hea ja tervislik hambapasta.	
7. RESSURSID JA KOOSTÖÖPARTNERID Projekti eelarve: (aitab täita õpetaja/ juhendaja)	Tegevus	Summa
	Hambaharjad ja -niit	220 €
	Hambapastad	180 €
	Preemiad	20 €
	Suuhügienisti loengud (2* 2 tundi)	260 €
Taotletav summa:	640 €	
Projekti üldmaksumus:	680 €	
Kaasrahastamine:	Kool, 40€	
Koostööpartnerid:	Kooliõde, 1. klassi õpetajad, 12. klassi õpetajad, kooli tervisenõukogu, klassijuhatajad	

Mis auhind motiveeriks Sind taasosalema järgmise aasta TEIP konkursil?	Lauatenniselaud
---	-----------------

Projekti juht (ees- ja perekonnanimi): René Leppin	Allkiri: <i>René Leppin</i>	Kuupäev: 11.10.2012
--	---------------------------------------	-------------------------------