

Тематичний план занять з дисципліни

Промоція здорового способу життя

№	Тема	Годин
1	Здоровий спосіб життя. Надж або мистецтво усвідомленого вибору.	6
2	Харчування. Тарілка здорового харчування.	4
3	Гормони та стрес.	2
4	Фізична активність. Біоритми та сон.	2
5	Продуктивні суспільства для "well-being" у контексті промоції здоров'я. Інвестиції в охорону здоров'я.	2
6	Протидія дискримінації та нетолерантності в промоції здоров'я.	6
7	Сексуальна культура та освіта – запорука здоров'я населення.	2
8	Концепція здоров'я. Сучасна зміна погляду на здоров'я.	2
9	Психологічне благополуччя як критерій здоров'я.	2
10	Авторські рекомендації популяризації здорового способу життя.	2
	Всього	30