

Spoštovani starši,

Danes otroci veliko časa preživijo pred zasloni in pri dejavnostih na bližino, zato se pri njih vse pogostejše pojavljajo težave z vidom, predvsem je v porasti kratkovidnost.

Vabimo vas na **brezplačno spletno strokovno predavanje**, kjer bosta oftalmologinja in terapevtka Zveze Anita Ogulin predstavila praktične nasvete za ohranjanje zdravja otroških oči ter za bolj uravnoteženo uporabo digitalnih tehnologij v vsakdanjem življenju.

 **Datum izvedbe: torek, 13. oktober 2026 ob 19:00**

 **Način izvedbe:** spletno predavanje preko **MS TEAMS**; povezavo boste prejeli pred dogodkom.

 AGENDA PREDAVANJA:

19:00 – 19:25 “Ustavimo rast kratkovidnosti pri otrocih”. Predavanje bo vodila oftalmologinja **Majda Volčini Krumpestar dr.med.spec.**, ki ima izkušnje na področju otroške oftalmologije in bo staršem predstavila:

- Naraščanje kratkovidnosti pri otrocih in ključne dejavnike tveganja.
- Pomen zgodnjega odkrivanja in rednih pregledov ter smernice za starše, kako opazijo, da otrok slabo vidi.
- Načini kako omejiti ali celo zaustaviti napredovanje kratkovidnosti pri otrocih

19:25 – 19:45 “Kako otroke spraviti stran od zaslonov – psihološki pristopi in realne strategije” Predavanje bo vodila **Monika Erjavec Bizjak, magistrica zakonskih in družinskih študij, terapevtka na Zvezi Anita Ogulin**, ki bo obravnavala:

- Vpogled v mehanizme, ki digitalni svet naredi privlačen in otroke ohranja pred zalonom.
- Družinska dinamika z zdravimi digitalnimi navadami.
- Krepitev pristnih, "živih" odnosov, ki zmanjšajo potrebo po digitalnem svetu.

19:45 Čas za odgovore in vprašanja udeležencev

Zakaj se udeležiti?

Na predavanju boste prejeli strokovne informacije, praktične nasvete za vsakdanjo uporabo, smernice za zaščito otrokovega vida ter uporabne pristope za zmanjšanje časa pred zasloni. Predavanje je **brezplačno, nekomercialno** in namenjeno vsem staršem osnovnošolskih otrok.

Vljudno vabljeni in lep pozdrav,

Tanja Petek

Sekretarka, **Zveza Anita Ogulin**

Mojca Krajnc

HOYA Lens d.o.o.