

Nyílt napok a Szlovák Általános Iskolában

Szeretettel hívjuk és várjuk az érdeklődő szülőket leendő első osztályos gyermekekkel együtt nyílt óráinkra és tanórán kívüli foglalkozásainkra, melyekkel szeretnénk megkönnyíteni az iskolaválasztást, vagy döntésüket megerősíteni. Vendégeink találkozhatnak a szeptembertől első osztályt vezető tanító nénikkel, megismerhetik egyéniségüket, munkájukat. Meglátogathatják más kollégák tanítási óráit is, akik majd a későbbiekben foglalkoznak gyermekeikkel. Betekintést nyerhetnek intézményünk életébe azáltal is, hogy megtekintik a délutáni szabadidős és felkészítő tevékenységeket.

A tanítás két nyelven folyik, de a szlovák nyelv előzetes ismeretének hiánya nem jelent hátrányt a beiratkozáskor. Diákotthonunkban ellátást biztosítunk a vidéki gyerekek számára. Iskolánk

időszerű eseményeiről tájékozódhatnak a www.szlovak-szarvas.sulinet.hu weboldalon.

Reméljük a látottak meglepedésükre szolgálnak és találkozunk a beiratkozás napjainban. április 8-9-én 7-17 óráig.

A nyílt napok órabeosztása a következő:

Március 2. kedd

1. óra

Matematika 1.a: Janurikné Kocsis Szilvia

Matematika 2.a: Csasztvanné Vass Edit

2. óra

Magyar 1.b: Szlenárné Tóth Éva

Magyar 1.a: Janurikné Kocsis Szilvia

3. óra

Szlovák 3.b: Dana Lukáčiková

Testnevelés 2.a: Podani Anikó

4. óra

Matematika 3.c: Árvai Anikó

Magyar 2.c: Sziget Erika

Március 3. szerda

1. óra

Matematika 2.b: Jansikné Herkó Éva

Testnevelés uszodában 3.b: Fonád Zoltán

2. óra

Magyar 2.a: Csasztvanné Vass Edit

Testnevelés uszodában 3.b: Fonád Zoltán

3. óra

Szlovák 3.a: Frankó Anna

Ének 4.a: Sindel Csilla

4. óra

Matematika 3.b: Kita Anikó

Magyar 4.b: Sinkáné Nyemcsok Erika

Délután:

Kulturális foglalkozás 1.a: Hruskáné Molnár Mária

Szilencium 3.b: Podani Györgyné

HIRDETÉS

Világszabadalom, magyar temék!

ENQUIST PREVENCIÓS ÉS TERÁPIÁS LÁBBELI

Az ENQUIST lábbeli olyan preventív és terápiás célra kifejlesztett lábbeli, mely a természetes, instabil talajt szimulálja. Ezzel visszaadja az emberi testnek az optimális közeget, valamint lehetőséget ad a fiziológiai és biomechanikailag helyes járásminta megvalósítására.

A fejlesztés alapjául az instabil terápiás eszközök szolgáltak

Az instabil eszközök (óriás labda, billenő pad, levegővel teli üllőpárna, stb.) igen hatékony terápiás eszközként ismertek a rehabilitációs szakemberek köreiben. Ezek azonban csak helyhez kötötten alkalmazhatóak és időigényes foglalkozás keretén belül fejtik ki jótékony hatásukat. Az instabil talpszerkezetű lábbeli ugyanakkor a hétköznapi állás és járás során, időráfordítás nélkül őrzi meg egészségünket.

Az instabilitás pozitív hatásai:

- ha testet egy természetes instabil közegbe helyezük, mintha egy egyenetlen puha talajon (erdei talajon, vagy homokban) járnánk, erősítjük a stabilizáló, gyakran elhanyagolt izomcsoportokat (pl.: helyzetérzékkelő mélyizmok), mivel a testet minden kis mozdulattal reflexesen egyensúlyozásra bírjuk (propriocepció);
- a reflexesen megfeszülő izomzat révén javul a testtartás és a járásminta. Az aktív izomzat „lengéscsillapító” funkciója ízületi kímélőbb járást tesz lehetővé.

A gördülő talp pozitív hatásai:

- A gördülő talp szintén ízületi kímélőbb járást tesz lehetővé és megfelelő ív esetén a testtartásra is pozitívan hat.

A kezdetleges aktív lábbelik jellemzői:

- gördülő és instabil talpú lábbelik: ízületi kímélő a járás és fokozott az izomaktivitás, *DE tudatos használatot igényelnek!* Az eszköz, aminek el kell sajátítani a használatát, magában hordozza a hibás használat lehetőségét, illetve behatárolja, hogy kik tudják hordani.

Ez a kettő funkció önmagában már nem elég!

A nélkülözhetetlen funkció:

Az Enquist lábbelik fejlesztése során egy harmadik funkcióra összpontosítottak, aminek köszönhető, hogy a lábbeli nem igényel tudatos használatot, így gyermekek is hordhatják.

Az innováció a bokát flexibilisen megtámasztó és korrigáló talpréteg. Kijelenthetjük, hogy azt ENQUIST lábbeli ízületi kímélő járást tesz lehetővé és fokozza az izomaktivitást, de nem igényel tudatos használatot, és ez különbözteti meg minden más lábbelitől.

A fejlesztés elengedhetetlen része volt a már ismert és alkalmazott gördülő talp esztétikus kialakítása is. A végeredményben együtt van a gördülő talp, az instabilitás és a flexibilis bokatámasz, valamint a divatos megjelenés is.

Az ENQUIST lábbeli hatása szervezetünkre

Az ENQUIST lábbeli pozitív hatásai mozgás szervrendszer szempontjából

- teljes mozgásszabadság
- izomrendszer (ko-kontrakció, aktív mélyizmok, támasztófunkció: gát, szervek)
- ízület (izületi stabilitás, ízületvédelem)
- statika megváltozása
- dinamika jelentősége a testtartásban

Az ENQUIST lábbeli pozitív hatásai idegrendszer szempontjából

- lokális: propriocepció
- generális: egyensúlyrendszer, reflexek, fokozott izomaktivitás
- frissen tartja az idegrendszert, fejleszti a koncentráció képességet, segíti a tanulást
- a folyamatos idegstimuláció fejlesztő hatással van a szenzomotoros működésre és a koordinációra

Az ENQUIST lábbeli pozitív hatásai keringési rendszer szempontjából

- lokális (artéria, véna, nyirok, izompumpa, szervek vérellátása, kiválasztás)
- generális (kalóriaégetés, oxigenizáció, légzés)

Speciális 4 rétegből álló talpszerkezet

Felsőréteg: bőr, textil, ill. ezek kombinációja

- Felsőrétegbe épített merevítő műanyag lemez
- Boka ízületet flexibilisen megtámasztó keményebb réteg
- Puha PU réteg
- Koptató réteg

Az ENQUIST lábbeliben plusz időráfordítás nélkül, hétköznapi tevékenységeink során őrizzük meg egészségünket lépésről lépésre!

A vásárlást az egészségpénztárak elszámolják.

Március 31-ig 20-30%-os tavaszi leárazás

a legtöbb modellből.

A lábbeli kapható Szarvason

a Kossuth-Deák F. Utca sarki

Enquist üzletben.

enquist. www.enquist.hu