

## **Могилевский район – территория здоровья!**

Впервые в 2008г. в городе Могилеве стартовала широкомасштабная акция «Могилевская область – территория здоровья!» За 7 лет данная акция стала популярной и завоевала авторитет среди населения Могилевской области.

На территории Могилевского района такая акция проводится впервые. И стартовала она в агрогородке «Восход» веселым пятничным утром 12 июня 2015г. Специалистами УЗ «Могилевский зональный центр гигиены и эпидемиологии» при участии и помощи других учреждений здравоохранения и организаций города было организовано и проведено большое количество интересных мероприятий по заранее разработанному сценарию.

Для открытия акции слово было предоставлено заместителю председателя Могилевского районного исполнительного комитета – Валерию Казимировичу Еленскому. Далее с самыми хорошими пожеланиями к жителям обратился главный врач УЗ «Могилевская центральная поликлиника» - Александр Геннадьевич Старовойтов.

Паузы между проведенными мероприятиями разнообразили вокальные и музыкальные номера.

Главная задача проведения акции - привлечь как можно больше людей к занятию спортом, убедить их в преимуществах здорового образа жизни, отказе от вредных привычек и в важности для человека занять собственную позицию в отношении своего здоровья.

Людям была предоставлена возможность поучаствовать в соревнованиях (дартс, прыжки в длину, броски в кольцо, стрельба полевая и др.), каждый мог выбрать что-то себе по душе и отлично провести время. С программой проведения соревнований всех ознакомил главный специалист отдела образования и туризма Могилевского районного исполнительного комитета – Сергей Петрович Ковалев. Победители соревнований не были оставлены без внимания, им вручались памятные призы.

Специалистами отдела общественного здоровья УЗ «Могилевский зональный центр гигиены и эпидемиологии» совместно со специалистами УЗ «Могилевская поликлиника № 11» была организована демонстрационная площадка, направленная на пропаганду ЗОЖ. Люди могли ознакомиться с выставкой информационных фото и видео материалов о направлениях деятельности, а также посмотреть очень интересные и вдохновляющие встать на путь здоровья фильмы по тематике здорового образа жизни. Также специалисты отдела общественного здоровья не забыли захватить аппарат OMRON для определения состава тела человека, и не зря, очень много желающих

узнали основные показатели состояния своего организма (вес, индекс массы тела, процентный объем скелетных мышц, висцерального жира, количество сжигаемых калорий в покое).

Для самых младших участников акции проводился конкурс рисунков на асфальте «Мы за здоровый образ жизни», по результатам которого победители получили дипломы и ценные призы, а те, кто не занял призовых мест, получили поощрительные подарки. Кроме того призами награждались участники викторин о здоровом образе жизни.

Был проведен опрос среди участников «Курю/не курю потому что...» Если на вопрос отвечали утвердительно, специалисты центра предлагали «Забить на курение», вбить гвоздь в большую метровую сигарету, символизируя тем самым отказаться от курения навсегда. Если отвечали, что к пагубной привычке не пристрастны, то получали пожелания и дальше быть на стороне здорового образа жизни и приглашались на фотосессию «Не курю и этим горжусь!»

По желанию, участники могли получить психолого-валеологическую консультацию по вопросам сохранения здоровья.

Следует отметить, что во время акции люди находились под постоянным вниманием медицинской службы, и даже могли получить консультации у врача кардиолога, акушера-гинеколога и терапевта, которые отвечали на любые поставленные вопросы. Все желающие смогли сделать электрокардиограмму, а также измерить артериальное давление и уровень глюкозы крови.

Порадовали участников акции также и другие организации. Показом туристической выставки с презентацией туристического потенциала Могилевского района заинтересовал людей Отдел спорта и туризма Могилевского районного исполнительного комитета. Отдел образования Могилевского районного исполнительного комитета совместно со специалистами УВД ознакомили с выставкой детских творческих работ «Безопасность глазами детей» и «ЗОЖ». Охлаждали нас в этот жаркий день работники ОАО «Бабушкина крынка» - управляющая компания холдинга "Могилевская молочная компания «Бабушкина крынка» презентацией и продажей мороженого.

Слово закрытия районной акции в рамках областной информационной акции «Могилевская область территория здоровья» предоставилось Председателю Вейнянского с/с – Светлане Владимировне Стишенковой.

Любое мероприятие, которое по душе человеку – от мала до велика, тут же поднимает настроение, согревает душу и запоминается надолго. К числу таких мероприятий теперь можно отнести и акцию «Могилевский район – территория здоровья». С помощью подобных

акций мы ведем информационную, пропагандистскую, клиническую деятельность, направленную на изменение отношения современного человека к своему здоровью: отказ от вредных привычек и малоподвижного образа жизни. Только здоровье может служить гарантией продолжительной и активной жизни, а здоровье формируется при соблюдении основных принципов здорового образа жизни – не навреди, не злоупотребляй, будь умерен.

Чтобы стать здоровым, нужно захотеть стать здоровым, чего мы вам и желаем!

Помощник врача-гигиениста отдела  
общественного здоровья УЗ «МЗЦГЭ»  
28-31-56

Е. В. Красовская











