



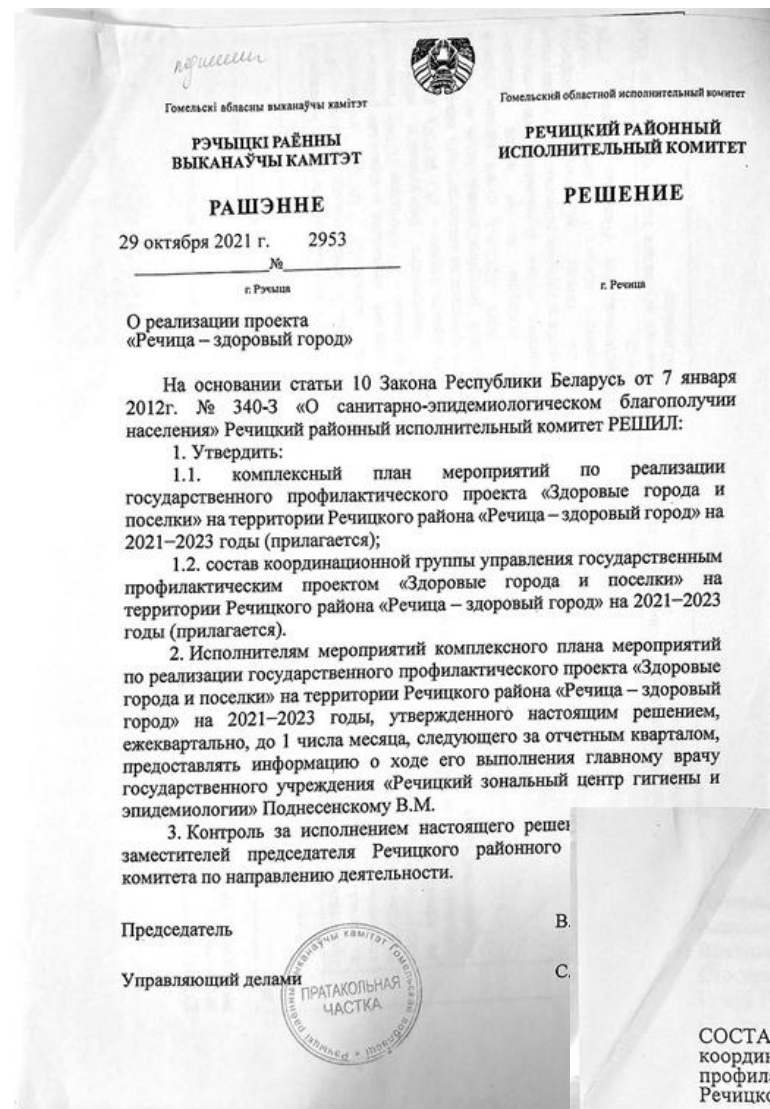
Министерство здравоохранения Республики Беларусь
Государственное учреждение «Речицкий зональный
центр гигиены и эпидемиологии»

РЕАЛИЗАЦИЯ ГОСУДАРСТВЕННОГО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПРОЕКТА «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город»



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ





На территории Речицкого района реализуется профилактический проект «Речица – здоровый город» (решение Речицкого райисполкома от 26.01.2018г. №128 и от 20.10.2021г. № 2953).

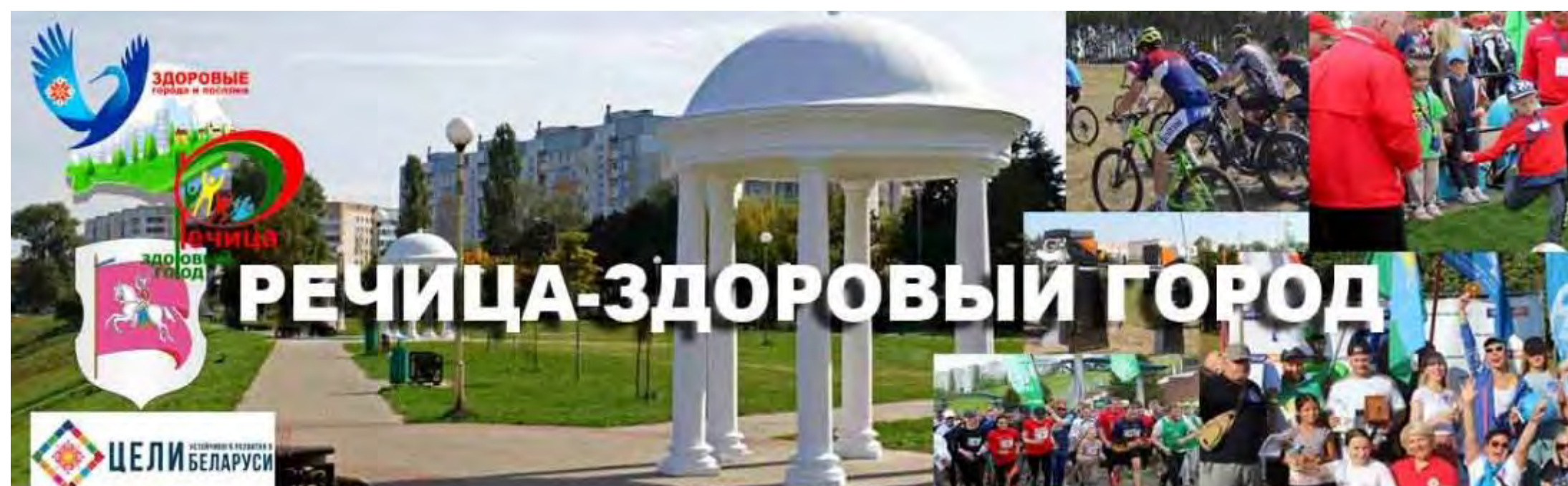
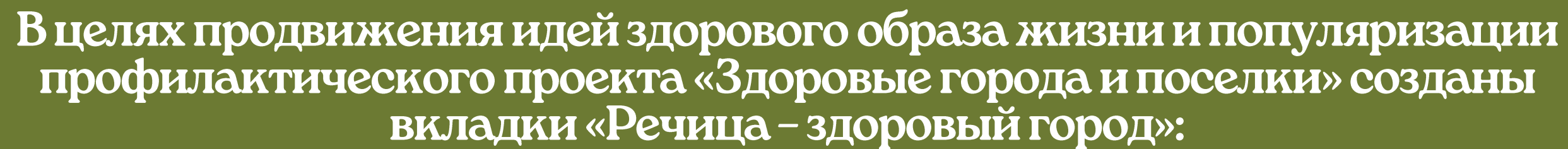
Для обеспечения межведомственного подхода утверждена координационная группа управления реализацией проекта.

Вопросы реализации проекта «Речица – здоровый город» заслушивались:

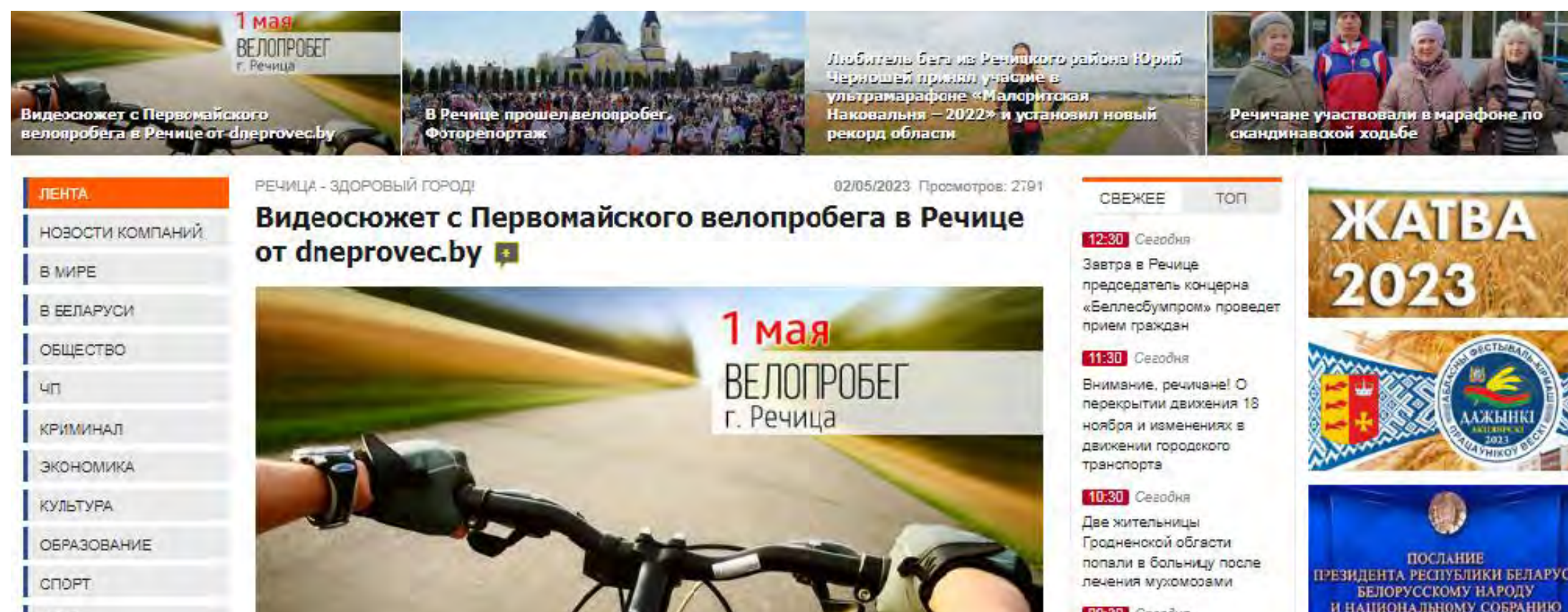
- на заседаниях координационной группы управления проектом (протокол №1 от 26.05.2023г., протокол №2 от 13.11.2023г.);
- на заседании районной межведомственной комиссии по охране здоровья населения, формированию здорового образа жизни, профилактике ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем (протокол №1 от 29.06.2023г.);
- на заседании Совета пожилых граждан при Речицком районном исполнительном комитете (протокол №3 от 17.01.2023г.).



СОСТАВ координационной группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2021–2023 годы	
Горбач Александр Анатолевич	– первый заместитель председателя Речицкого районного исполнительного комитета (далее – райисполком), руководитель координационной группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2021–2023 годы (далее – группа управления)
Поднесенский Виктор Мечеславович	– главный врач государственного учреждения «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии» (далее – Речицкий ЦЗГиЭ) (по согласованию), заместитель руководителя группы управления
Кохановская Виктория Сергеевна	– врач по медицинской профилактике (заведующий) отделом общественного здоровья Речицкого ЦЗГиЭ (по согласованию), секретарь группы управления
Гимбут Татьяна Викторовна Дудкин Евгений Васильевич	– начальник отдела спорта и туризма райисполкома – директор открытого акционерного общества «Телерадиоконпания «Телевид» (по согласованию)
Коченовская Ксения Александровна	– первый секретарь Речицкого районного комитета общественного объединения «Белорусский республиканский союз молодежи» (по согласованию)
Кравченко Светлана Геннадьевна Лукинская Светлана Валентиновна Моисеенко Валентина Петровна	– начальник отдела идеологической работы, культуры и по делам молодежи райисполкома – начальник отдела образования райисполкома – главный специалист отдела торговли и услуг райисполкома



сайт ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»



сайт районной газеты «Дняпровец»

Статьи в рубрике “Речица - здоровый город”



■ РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ: как сохранить здоровье и энергию

Одним из главных секретов активного долголетия является здоровый образ жизни. Регулярные физические нагрузки помогают укрепить мышцы и кости, улучшить работу сердечно-сосудистой системы и поддерживать оптимальный вес. Ходьба, плавание или йога – выберите то, что вам нравится и приносит удовольствие. Помимо физических упражнений, также важно следить за питанием. Употребление свежих фруктов и овощей, полезных жиров и белков, а также отказ от вредных привычек, таких как курение и употребление алкоголя, помогут сохранить здоровье и энергию на долгие годы.

Однако активное долголетие – это не только физическое благополучие, но и психическое. Чтение книг, изучение новых языков, участие в культурной жизни – все это помогает сохранить ясность ума. Также очень важно поддерживать активные социальные связи. Общение с друзьями и близкими, участие в общественной жизни помогают сохранить позитивное настроение и предотвращают возможные проблемы со здоровьем.

Важным аспектом активного долголетия является также профилактика возникновения различных заболеваний. Регулярные медицинские осмотры, правильное применение лекарств, соблюдение рекомендаций врачей – все это помогает выявить и лечить возможные проблемы здоровья на ранних стадиях и предотвратить их развитие.

Анна ПЕСЕНКО, инструктор-валеолог
отделения общественного здоровья Речицкого ЗЦГЭ

«Дняпровец» №102 от 12.09.2023 г.



■ РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

Правильное питание ребенка – залог здоровья

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок рос здоровым, умным, счастливым. С самого детства мы должны научить своих детей из всего многообразия продуктов выбирать те, которые действительно полезны для здоровья. Если система питания ребёнка выстроена правильно, то он нормально развивается как физически, так и психически.

Зачастую дети испытывают недостаток витамина D, омега-3 жирных кислот, йода, цинка, магния – это то, что оказывает негативное влияние на полноценное умственное и физическое развитие. Когда ребенок идет в школу, ему требуется целый набор важных компонентов питания для нормальной работы организма, нервной системы вообще и мозга в частности.

К тому же многие из них ходят в спортивные секции. С учетом активного роста ребенка, возраста, физических и умственных нагрузок формируются правильные подходы к питанию и привычка питаться полезно. И во многом главная роль принадлежит родителям.

Организм после завтрака готов к работе, хорошо запоминает и усваивает новый материал.

Питательный завтрак утром – это гарантия бодрости на предстоящий день. Исследования режима питания школьников показывают, что почти 50% детей с лишним весом не получают с утра сбалансированных завтраков. Завтрак школьника должен состоять из сложных углеводов (зерновые продукты и каши), орехов, сыра или яиц, кисломолочных продуктов, фруктов. Это блюда из яиц, каша (с фруктами или сухофруктами), творожная запеканка, сырники, хлеб с сыром. Важно убедить ребенка не пренебрегать этим приёмом пищи. Он ведь всё равно что-нибудь съест, но, скорее всего, не то, что нужно.

Период с 13 до 15 часов является идеальным временем для обеда: не следует откладывать его на более поздний период

«Дняпровец» № 117 от 17.10.2023 г.



В рамках выполнения задачи 3.а.1.1. «Распространенность употребления табака лицами в возрасте 16 лет и старше», определенной Целью устойчивого развития № 3, большое внимание уделяется проблеме табакокурения.

Акция здоровья «Не прокури свое здоровье»
Тематическая встреча «Курение коварная привычка»
Деловая игра «Город здоровья – Некурийск»
Тренинг «Всем ясно – курение опасно»

Информационная встреча «Не испорть себе портрет – откажись от сигарет» и др.

На постоянной основе проводятся рейды по профилактике табакокурения в местах массового пребывания людей.





ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ АКЦИИ «КОНТРОЛИРУЕМ ДАВЛЕНИЕ – ПРОДЛЕВАЕМ ЖИЗНЬ»



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ



СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ





ВЕРЕВОЧНЫЙ
ПАРК



БЛАГОУСТРОЙСТВО ГОРОДА



ДЕТСКИЕ
ИГРОВЫЕ
ПЛОЩАДКИ



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ

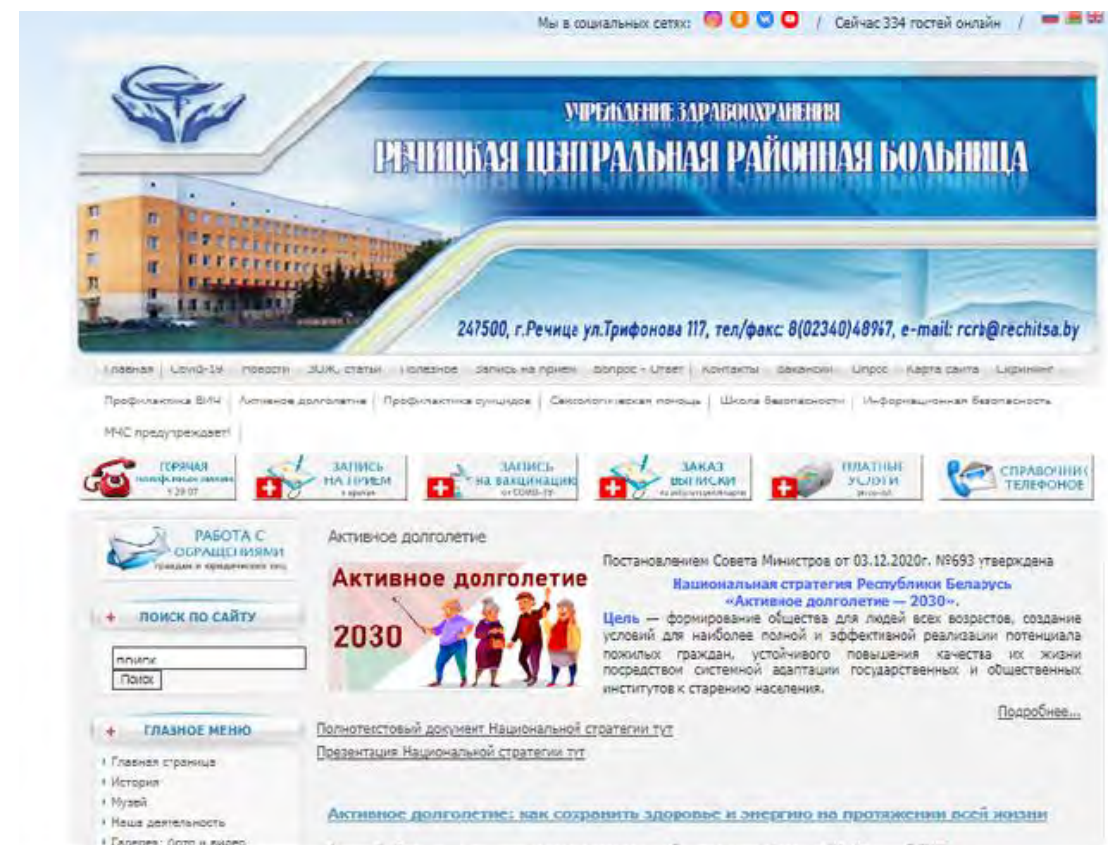
АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

- занятия по фитнесу в группе 55+ в спортивном комплексе «Гармония»;
- мероприятие «А ну-ка, бабушки!» на базе Речицкого территориального центра социального обслуживания населения.

На официальных сайтах государственного учреждения «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии» и учреждения здравоохранения «Речицкая центральная районная больница» вкладки «Активное долголетие»:



сайт ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»



сайт УЗ «Речицкая ЦРБ»



ЗДОРОВЬЕ ЧЕРЕЗ ХЛЕБ

НА БАЗЕ ФИЛИАЛ «РЕЧИЦКИЙ ХЛЕБОЗАВОД»
ОАО «ГОМЕЛЬХЛЕБПРОМ»

Выпускаются диетические и диабетические хлебобулочные изделия, а также отрубной хлеб, с использованием экстракта стевии. (хлеб «Хозяйский» для питания при сахарном диабете, хлебец «Новоречицкий» диабетический, хлеб «Милоградский» зерновой, хлебец «Светлогорский» отрубной).

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Реализуются в достаточном ассортименте продукты профилактического действия, предоставляется информация об их полезных свойствах. **В целом в городе 82% объектов продовольственной торговли имеют отделы здорового питания.**





ЗДОРОВОЕ ГОРОДСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ



ВЕЛОДОРОЖКИ



СПОРТИВНЫЕ
ПЛОЩАДКИ



ВЕЛОПАРКОВКИ

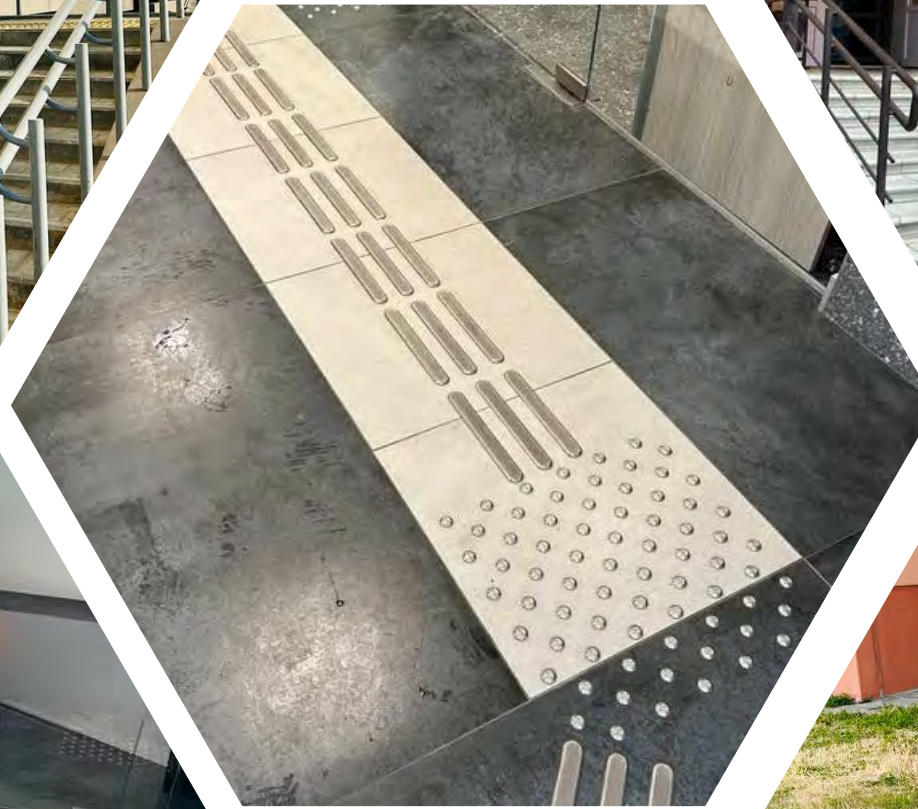
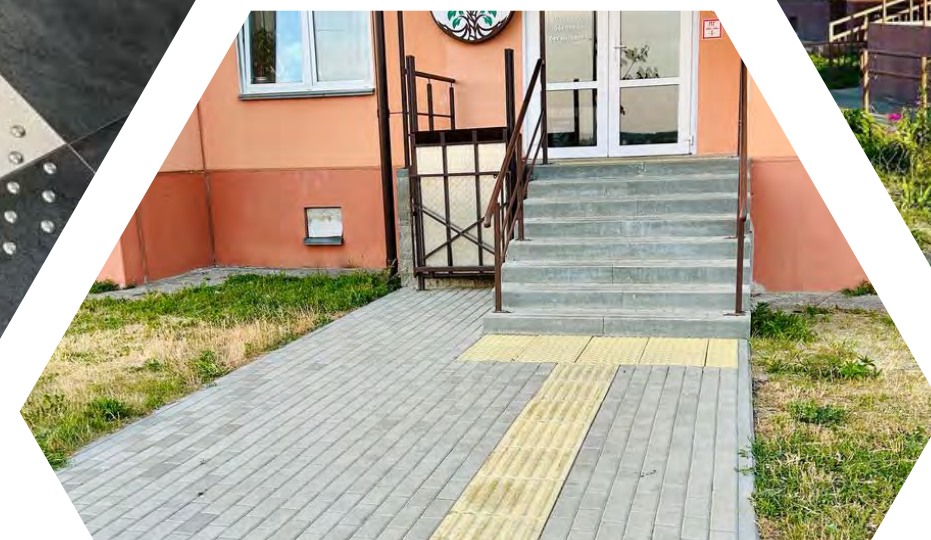
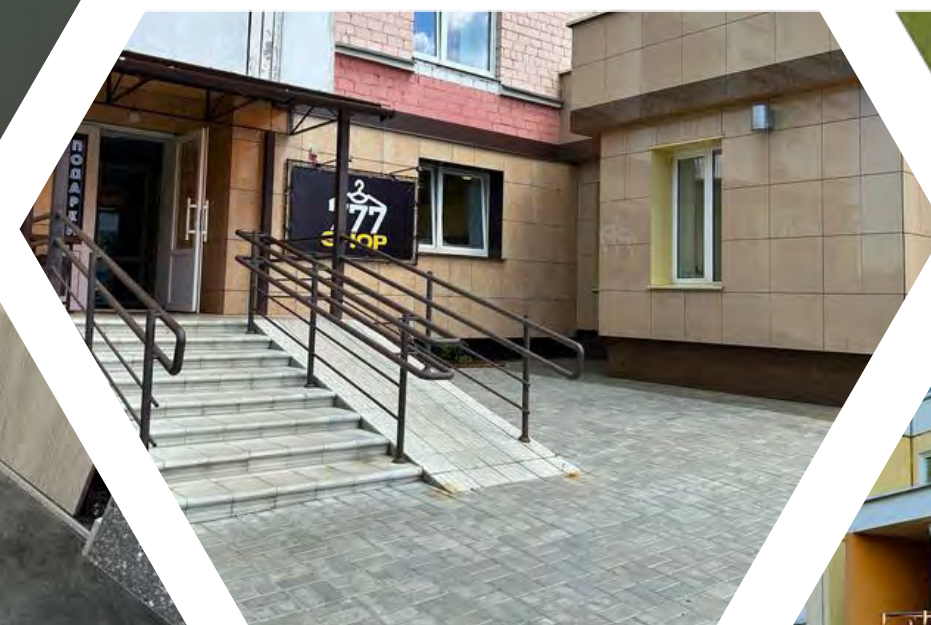


ЦЕЛИ
УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В БЕЛАРУСИ

БЕЗБАРЬЕРАЯ СРЕДА



Неотъемлемой частью реализации проекта «Речица – здоровый город» является формирование у населения мотивации на ведение здорового образа жизни.

Акции здоровья «Выбери здоровый образ жизни» и «#МолодежьЗаЗОЖ», круглый стол «Здоровье для всех», брейн-ринг «Здоровым быть – это здорово!», тематическая встреча «Мы разные, но мы за ЗОЖ», конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир» и дидактическая игра «Путешествие по зубной галактике».



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В БЕЛАРУСИ





ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ

С целью выполнения задачи 3.b.1. «Доля целевой группы населения, охваченная иммунизацией всеми вакцинами, включенными в национальные программы», определенной Целью устойчивого развития № 3, на постоянной основе ведется информационно-образовательная работа среди населения.

В рамках выполнения задачи 3.3.1. «Число новых заражений ВИЧ на 1000 неинфицированных в разбивке по полу, возрасту и принадлежности к основным группам населения», определенной Целью устойчивого развития № 3, большое внимание уделяется вопросам профилактики ВИЧ-инфекции.

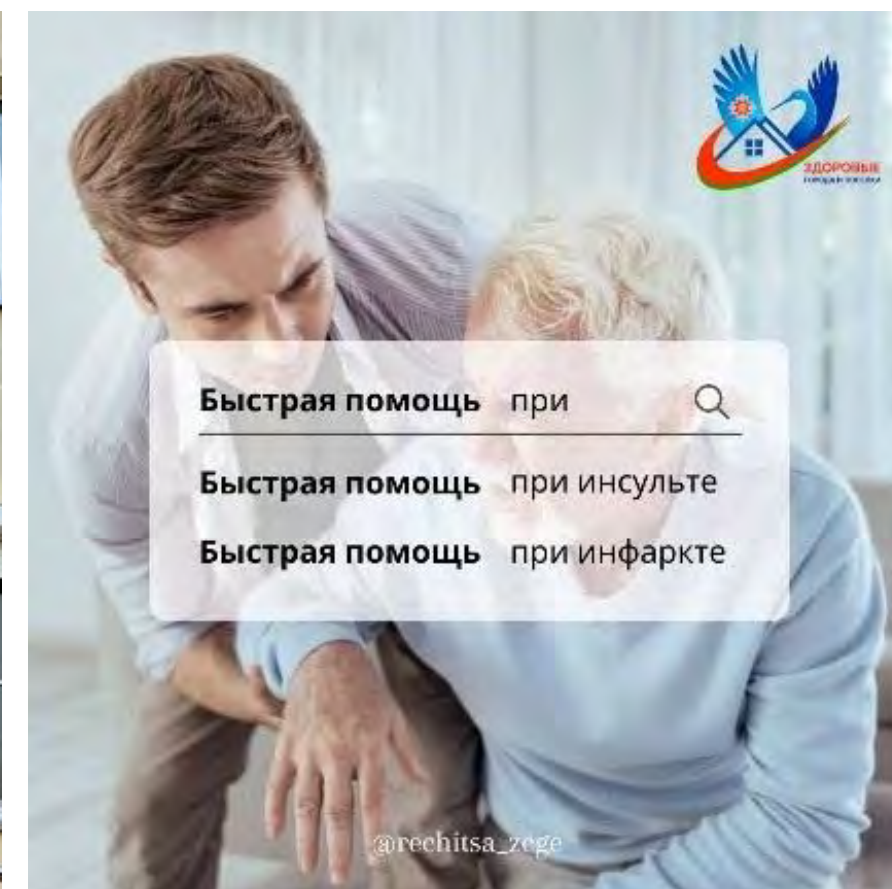
Интерактивный тренинг «Знать. Думать. Помнить. Жить»;
Диалоговая площадка «Любовь прекрасна, когда безопасна»;
Круглый стол «Здоровье нации в руках молодежи» и др.





ЦЕЛИ устойчивого развития в
БЕЛАРУСИ

Популяризация профилактического проекта «Здоровые города и поселки»





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В БЕЛАРУСИ