**Акция «Здоров по собственному желанию»**

**07.04.2022**

В рамках Всемирного дня здоровья, 07.04.2022 на базе МКУК «Старооскольская ЦБС» прошла акция «Здоров по собственному желанию».

Тематика Дня Здоровья определяется ежегодно. Продолжающаяся пандемия, ХНИЗ, причины экологического характера, ежегодно уносящие жизни более 13 миллионов человек, обращают внимание человечества на то, что необходимо заботится как о своем здоровье, так и стремится к защите окружающей среды и улучшению экологической обстановки. Поэтому в 2022 году тема Всемирного дня здоровья – «Наша планета, наше здоровье».

В рамках акции сотрудники отдела организации медицинской профилактики ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики города Старого Оскола обсуждали с присутствующими студентами важность правильного питания, отказа от вредных привычек, занятий спортом.

Заведующая отделом организации медицинской профилактики Мохова О.И. рассказала, что здоровье – это не только состояние физического благополучия. Психологические, социальные и экологические факторы также активно влияют на состояние здоровья. Здоровый человек – это человек, который старается вести ЗОЖ, бережен по отношению к окружающей среде, активно развивается сам, и личным примером, мотивирует окружающих.

Специалист по социальной работе отдела медико-психологической и социальной помощи ОГБУЗ «Старооскольский центр специализированной медицинской помощи психиатрии и психиатрии-наркологии» Никулина Т.Н. рассказала о способах вовлечения в употребление ПАВ, манипуляциях, которые используют для их продажи. Поделилась, как не податься пагубному влиянию.

Психолог Емельянова А.А. рассказала о психологических причинах приверженности к вредным привычкам, о способах ассертивного отказа

Транслировались видеоролики:

-«ЗОЖ, общение, личностное развитие и психологическое благополучие – 4 составляющие твоего успеха»,

-«Здоровым быть модно! ЗОЖ – выбор сильных личностей!»

Смольникова Л.А., заведующая отделом мониторинга факторов риска отметила, что спорт и хобби являются здоровой альтернативой вредным привычкам. Рассказала о личных спортивных достижениях, поделилась тем, как формируется приверженность к ЗОЖ в ее семье.

Сотрудниками отдела мониторинга факторов риска проводились социологические опросы по тематике.

Сотрудники отдела организации медицинской профилактики ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики города Старого Оскола» измеряли давление, проводили консультации о здоровом образе жизни, раздавали памятки и листовки по тематике.

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики
города Старого Оскола»
Отдел организации медицинской профилактики
Зав. Мохова Ольга Ивановна

.