

1 – 5 октября 2018 года

Mens sana in corpore sano



Вестник

здорового образа жизни

Информационный бюллетень отдела общественного здоровья

Здоровье – детям

Во время **урока здоровья** в яслях-саду № 40 г. Гродно психолог ООЗ рассказала дошколятам, что пища помогает детям расти здоровыми, поэтому еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Игра «Полезно, не полезно» помогла ребятам ответить на вопрос, почему необходимо правильно питаться. Малыши нарисовали любимые и полезные для здоровья фрукты, овощи и дополнили, что человеку, чтобы быть здоровым важно соблюдать «золотые» правила здорового образа жизни: заниматься спортом, соблюдать режим дня, ежедневно бывать на свежем воздухе.



С целью профилактики суицидальных рисков, пропаганды здорового образа жизни, сохранения и укрепления психического здоровья школьников специалисты ООЗ организовали и провели для учащихся старших классов средней школы № 3 им. В.М. Усова мероприятие под названием **«Молодежь за жизнь»**. Команды девярых, десятых и одиннадцатых классов на большой перемене собрались, чтобы почувствовать радость общения друг с другом, проявить свои творческие и организаторские способности, а самое главное – вместе и дружно сказать здоровому образу жизни – Да! Ребята оформили четыре странички «Открытого журнала». Для создания художественной странички команды нарисовали плакаты под названием «Молодежь за жизнь», на литературную страничку «Красота спасет мир» поместили стихи собственного сочинения, рекламную страницу «Здоровый образ жизни! Мы – за!» оформили в виде листовок, а на статистическую «Мы выбираем жизнь без вредных привычек» – наклеили символы выбора в пользу жизни!

В рамках проведения месячника профилактики суицидальных рисков специалисты ООЗ организовали и провели для юношей Гродненского профессионально-технического колледжа коммунального хозяйства **день здоровья «Пусть всегда будет завтра!»**. Разделившись на четыре группы, учащиеся получили ответы на «здоровые» вопросы, участвуя в работе тематических площадок. Вместе с психологом молодые люди выполнили упражнения по формированию навыков произвольной регуляции своего поведения и эмоциональных состояний. Врач-валеолог предложила ребятам поучаствовать в эстафете не только на скорость движения, но и на скорость мышления. Юноши с удовольствием продемонстрировали свою физическую и интеллектуальную подготовленность.

В эфире – марафон

На районном радио с 8 по 16 октября пройдет радиомарафон **«Азбука женского здоровья»**, посвященный республиканскому дню матери. В течение недели запланированы выступления по следующим тематикам: «Счастье быть мамой», «Охрана здоровья женщины», «Профилактика онкологических заболеваний репродуктивных органов», «Физическая активность – прививка от стресса», «Аспекты психологической готовности к грудному вскармливанию».