

«Мы выбираем здоровый образ жизни!»

В рамках профилактического проекта «Обухово – здоровый агрогородок» специалисты отдела общественного здоровья Гродненского зонального ЦГЭ организовали и провели акцию «Мы выбираем здоровый образ жизни!» для учащихся начальных классов ГУО «Обуховская средняя школа».

Специалисты рассказали об оздоровительных мероприятиях, необходимых для укрепления здоровья, вспомнили с детьми все необходимые компоненты здорового образа жизни.

Врач-валеолог напомнила и закрепила правила личной гигиены, провела с детьми увлекательную игру - путешествие «В гости к доброму здоровью!» с остановками «Личная гигиена», «Правильное питание», «Физкультура и спорт», «Здоровье и привычки». Особое внимание специалисты уделили соблюдению правил личной гигиены, а именно мытью рук, что является одним из способов профилактики вирусных инфекций. Специалист напомнила и показала при помощи манекена «Челюсти с зубами» правила ухода за зубами, строение и положение зубов в челюстях.

Кроме этого, ребята узнали много о правильном питании, о полезных продуктах и витаминах, о вреде фастфуда для организма человека.

Демонстрация мультфильмов про личную гигиену еще больше углубила знания детей, а проведенные психологом оздоровительные физминутки взбодрили их и развеселили.

Самое важное, что ребята усвоили, это то, что здоровье человека зависит от него самого.





Отдел общественного здоровья