

## О проведении акции «Десант здоровья» для населения агрогородка Обухово

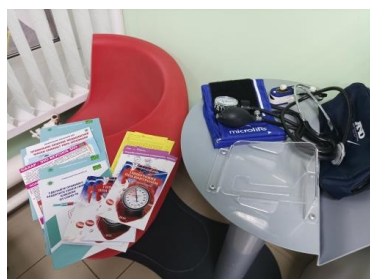
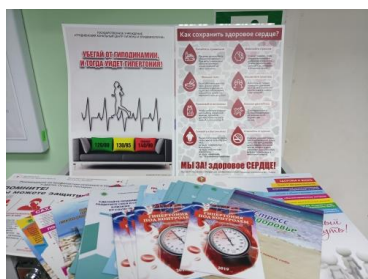
В рамках профилактического проекта «Обухово – здоровый агрогородок» специалисты отдела общественного здоровья Гродненского зонального ЦГЭ организовали и провели акцию «Десант здоровья» для населения агрогородка Обухово.

Одним из блоков акции было мероприятие для населения с участием медицинского работника Обуховской врачебной амбулатории на базе РУП Фармация аптеки № 188 агрогородка Обухово, цель которой - повышение уровня информированности населения по вопросам профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.

Врач по медицинской профилактике проконсультировала жителей агрогородка по интересующим их вопросам сохранения и укрепления здоровья, уделила особое внимание основным факторам риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. Каждый желающий смог измерить артериальное давление.

Специалисты еще раз напомнили о правилах личной гигиены и мерах профилактики острых респираторных инфекций.

Все участники получили информационно-образовательную литературу по профилактике вирусных инфекций и формированию здорового жизни и квалифицированные ответы специалистов на каждый заданный вопрос.



## О проведении игрового занятия «Режим дня мы соблюдаем и здоровье укрепляем!»

В рамках информационно-образовательного проекта «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» врач по медицинской профилактике отдела общественного здоровья Гродненского зонального ЦГЭ провела с воспитанниками ГУО «Детский сад агрогородка Обухово» занятие о важности соблюдения режима дня.



«Почему распорядок дня так важен для растущих детей?» Ответ на этот вопрос очень прост: правильный, соответствующий возрастным возможностям ребенка, режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления. У ребенка, приученного к строгому распорядку, потребность в еде, сне, отдыхе наступает через определенные промежутки времени и

сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм заблаговременно настраивается на предстоящую деятельность, поэтому она осуществляется достаточно эффективно, без лишней траты нервной энергии и не вызывает выраженного утомления. Хорошая работоспособность в течение дня обеспечивается разнообразием видов деятельности и их чередованием.

В ходе мероприятия врач объяснила малышам, что же такое режим дня и почему его важно соблюдать. После чего специалист предложила детям



поучаствовать в игре «Разложи по порядку» согласно тематике беседы. С поставленной задачей все участники успешно справились.



*Отдел общественного здоровья  
Гродненского зонального ЦГЭ*