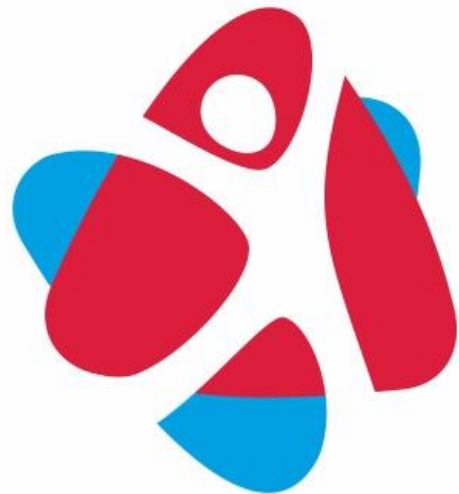




АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

г. Архангельск, пр. Ломоносова, 311 тел.: +7(8182) 27-63-43, +7(8182) 27-63-50

E-mail: formylazd@mail.ru <http://www.zdorovie29.ru>

2021 г.



ПРОФИЛАКТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ



КАК БРОСИТЬ
КУРИТЬ



ИЗБАВЬСЯ ОТ
ЗАВИСИМОСТИ



ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ



ЗДОРОВОЕ
ПИТАНИЕ



ЖИЗНЬ В
ДВИЖЕНИИ



ПСИХИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ

НОВОСТИ

ВНИМАНИЕ, СЕЗОН КЛЕЩЕЙ!



Впереди майские праздники, а с ними – выезды на природу, дачу. Помните, что в мае начинается пик активности иксодовых клещей, переносчиков многих инфекций, самая опасная из которых – клещевой вирусный энцефалит. Как защитить себя и своих близких – читайте в нашем материале.

30.04.2021 Новости, Актуально

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ. МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ СЕВЕРЯН.



Всемирный день борьбы с артериальной гипертензией отмечается ежегодно 17 мая по инициативе Всемирной лиги по борьбе с гипертензией. Основная цель – повышение уровня информированности населения об одном из самых коварных и распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы.

11.05.2021 Новости, Актуально

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ДНЁМ ПОБЕДЫ!



Дорогие ветераны, коллеги, жители Архангельской области, поздравляем вас с Днём Победы!

В МАЕ НА ТЕЛЕФОНЕ ЗДОРОВЬЯ ОБСУДИМ ТРИ АКТУАЛЬНЫЕ ТЕМЫ



18 мая с 15.00 до 16.00 – на вопросы по теме «Артериальная гипертензия» ответит Собирина Маргарита Ивановна, кардиолог кардиологического отделения Архангельской областной клинической больницы. Телефон здоровья приурочен к Всемирному дню борьбы с артериальной гипертензией, который пройдет 17 мая.

Версия для
слабовидящих

ПРОФИЛАКТИКА
КОРОНАВИРУСНОЙ
ИНФЕКЦИИ

ПРОЙДИТЕ МЕДОСМОТР
ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ 2021

ПРОЙДИТЕ ТЕСТ ПО ОНКОЛОГИИ
THE
DEFENDER

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
«Уроки здоровья»

ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ
«ЗдравОтряд»



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Сайт <http://zdorovie29.ru>

«Уроки здоровья»

Вкладка «Педагогам и родителям»

Ссылки для скачивания и для просмотра онлайн. региональный проект «Уроки здоровья», которые транслируются посредством цифрового образовательного кольца министерства образования и науки Архангельской области для обучающихся 9 — 11 классов г. Архангельска и Архангельской области, для обучающихся средне-специальных образовательных организаций. Проект направлен на мотивирование молодёжи к ведению здорового образа жизни и повышение уровня информированности по проблеме сердечно-сосудистых и других неинфекционных заболеваний.

1. Урок здоровья «Медлить нельзя».
2. Урок здоровья «Электронные сигареты: мифы и реальность».
3. Урок здоровья «Держи удар».
4. Урок здоровья «Безопасный интернет».
5. Урок здоровья «Паутина зависимости».
6. Урок здоровья «Здоровый образ жизни — это модно!»
7. Урок здоровья «Как сохранить зубы здоровыми и красивыми».
8. Урок здоровья «Трезвый я — трезвая Россия».
9. Урок здоровья «Здоровое питание»
10. Урок здоровья «Табакокурение и его влияние на умственное развитие».
11. Урок здоровья «Самоменеджмент здоровья»
12. Урок здоровья «Профилактика онкологии»
13. Урок здоровья «Что такое депрессия и как ее избежать»
14. Урок здоровья «Физическая активность и здоровье».
15. Урок здоровья «Пищевая трезвость: питание и зависимость».
16. Урок здоровья «Актуальные проблемы близорукости».
17. Урок здоровья «Профилактика ВИЧ/СПИД среди молодежи».
18. Урок здоровья «Роль питания в профилактике онкологических заболеваний».
19. Урок здоровья «Иммунитет»
20. Урок здоровья «Профилактика COVID-19 и ОРВИ: 10 шагов к здоровью»
21. Урок здоровья «Как справиться с психологическими трудностями в школе и дома?».
22. Урок здоровья «Профилактика хронических заболеваний дыхательных путей у детей».
23. Урок здоровья «Профилактика сахарного диабета».



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Моя страница

Новости

Мессенджер

Друзья

Сообщества

Фотографии

Музыка

Видео

Клипы

Игры

Мини-приложения

VK Pay

Работа

Маркет

Закладки

Файлы

Здоровье29

ЗдравОтряд

Здоровье29
"Архангельский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики"

Открыть сайт

Вы участник ▾

Информация

Свежие новости

Группа Архангельского областного центра общественного здоровья и медицинской профилактики.

«Здоровая Россия в будущем может быть только при приверженности сегодняшнего поколения россиян к здоровому образу жизни. Задача нашего центра – воспитать любовь к здоровью»
Показать полностью...

+7 (8182) 27-63-50

www.zdorovie29.ru

Открыто · Закроется через 23 минуты

Написать сообщение

Управление

Сообщения

Статистика

Комментарии

Упоминания

Управление историями

События

17

Группа Вконтакте

https://vk.com/zdorovie_29

Видео:

- альбом «Уроки здоровья»



«Здоровые дети – здоровое общество»

Комплексная профилактическая программа по формированию здорового жизненного стиля у детей и подростков

Программа включает в себя широкий спектр мероприятий, отличается гибкостью и длительностью применения. Она направлена на широкую аудиторию – от детей (5 – 11 классы) до взрослых. Не требует уникальных условий для проведения и поэтому легко может быть тиражирована в общеобразовательных учреждениях.

Программа «Здоровые дети — здоровое общество» подразумевает активную совместную деятельность всех участников образовательного процесса (учителей, учащихся, родителей) и медицинских работников.

Отличительной особенностью программы является создание классов «Здоровый стиль», где используется принцип работы с со сверстниками «равный обучает равного». (см. Положение о классах «Здоровый стиль»)

Цель программы: формирование навыков здорового образа жизни у учащихся школ.

Базовые модули занятий представлены на сайте <http://zdorovie29.ru>



Комплексные дни профилактики (после снятия карантинных ограничений)

Мероприятие включает в себя:

- оценка резервов здоровья;
- круглые столы для представителей администрации;
- семинары для педагогов, сотрудников школ;
- родительские собрания;
- уроки, беседы, игры и тренинги по ЗОЖ для учащихся;
- консультации специалистов.

Оценка резервов здоровья: тестирование дыхательной и сердечно-сосудистой систем, оценку физического развития, определение жировой массы в организме. Измеряется зрительно-двигательная реакция, характеризующая реактивность нервной системы, проводится динамометрия, детальный анализ образа жизни человека для выявления факторов риска.

По результатам обследования даются рекомендации по коррекции образа жизни: оптимизации двигательного режима, питания, повышению стрессоустойчивости.



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Онлайн-школа Здоровье29
189 подписчиков

ПОДПИСАТЬСЯ

ГЛАВНАЯ ВИДЕО ПЛЕЙЛИСТЫ КАНАЛЫ ОБСУЖДЕНИЕ О КАНАЛЕ

Загрузки ВОСПРОИЗВЕСТИ ВСЕ УПОРЯДОЧИТЬ

Название видео	Длительность	Просмотры	Время назад
Симпозиум «Здоровье начинается с детства»	3:02:48	14 просмотров	1 месяц назад
Роль среднего медицинского персонала ...	1:49:32	16 просмотров	1 месяц назад
"Созависимость. Как сохранить себя, если..."	42:15	34 просмотра	3 месяца назад
"Причины и профилактика ожирения"	36:10	91 просмотр	5 месяцев назад
"Факторы риска и роль питания в профилактике..."	42:55	21 просмотр	6 месяцев назад
Родительская конференция: здоровое...	4:25:50	4,9 тыс. просмотров	6 месяцев назад
"Инсульт. Профилактика, диагностика, лечение."	29:01	32 просмотра	6 месяцев назад
"Агрессия в семье"	54:00	33 просмотра	6 месяцев назад
"Вкусно. Полезно. Недорого."	1:03:05	14 просмотра	7 месяцев назад
"Основы здорового питания"	56:45	33 просмотра	7 месяцев назад
Губительная мода: бестабильные способы...	36:21	31 просмотр	7 месяцев назад
"Профилактика падений и переломов у граждан..."	38:26	10 просмотров	8 месяцев назад
"Методы повышения стрессоустойчивости"	53:46	4 просмотра	9 месяцев назад
Стресс и здоровье	56:28	40 просмотров	8 месяцев назад
"Как жить долго и счастливо"	56:20	20 просмотров	9 месяцев назад
"Как без медикаментов избежать..."	1:08:04	27 просмотров	9 месяцев назад
"Как улучшить свое самочувствие"	1:17:50	5 просмотров	9 месяцев назад
"Условия и факторы, формирующие здоровье..."	1:13:10	19 просмотров	9 месяцев назад

«Онлайн-школа «ЗДОРОВЬЕ 29»

<https://www.youtube.com/channel/UC5f0ApmOtq0fJbr1xiWs76Q>

Лекции проходят в режиме прямого эфира, зарегистрированные пользователи смогут задавать вопросы специалисту в открытом чате.

После эфира видео доступны на канале проекта, а также размещены в социальных сетях (ВК, Фейсбук, Одноклассники). В июне занятие по питанию проведут специалисты Роспотребнадзора Архангельской области.

«Телефон здоровья» ☎ 8(8182)213036



**АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

В мае будут работать три «Телефона здоровья»: «Артериальная гипертензия», «Женское здоровье», «Никотин. Друг или враг?».

● 18 мая с 15.00 до 16.00 – на вопросы по теме «Артериальная гипертензия» ответит Собирина Маргарита Ивановна, кардиолог кардиологического отделения Архангельской областной клинической больницы. Телефон здоровья приурочен к Всемирному дню борьбы с артериальной гипертензией, который пройдет 17 мая.

● 28 мая с 14:00 до 15:00 – раскроем тему «Женское здоровье». На вопросы дозвонившихся ответит Лебедева Татьяна Борисовна, доцент кафедры акушерства и гинекологии СГМУ, главный внештатный специалист по репродуктивному здоровью и детской гинекологии Минздрава Архангельской области, заместитель главного врача роддома им. К.Н. Самойловой. Телефон здоровья приурочен к Дню защиты женского здоровья, который состоится 28 мая.

● 31 мая с 14:00 до 16:00 – «Телефон здоровья» на актуальную тему «Никотин: друг или враг?». На вопросы ответит Буланова Анна Николаевна, инструктор кабинета помощи при отказе от курения Архангельского областного центра общественного здоровья и медицинской профилактики. Телефон здоровья приурочен к Всемирному дню отказа от табака, который проводится 31 мая.

Оздоровительные танцы

РЕЖИМ РАБОТЫ ПЛОЩАДОК ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМИ ТАНЦАМИ МАЙ 2021Г.



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Место проведения занятий	День недели	Время занятий	Телефон для справок
Филиал КРЦ "Соломбала - Арт" ул.Тимме, 17 к.1	вторник (начин.)	18.00- 19.30	21-30-36
	среда		
	четверг (начин.)		
«Творческий центр» Молодежный КЦ "ЛУЧ", ул. Чкалова, 2	воскресенье	11.45 – 12.45	8 953 937 05 14
		13.00 – 14.00	
	среда	18.30 – 19.30	
Ломоносовский Дом культуры ул. Никитова, 1, каб. № 212 – большой хореограф. зал.	вторник	11.00 -12.30	21-30-36
	пятница		
	четверг		
ТРЦ Титан Арена у. Воскресенская,20 3 этаж, «Планета танцев»	понедельник	14.00 -15.30	42 -44-01
	вторник	12.00 –13.30	
	четверг		
	пятница		
ТРЦ Вертикаль Московский пр., д. 49, 4 этаж	понедельник	11.00 - 12.30	8 911 572 25 09
	вторник		
	четверг		
	пятница		
Культурный центр "Маймакса" у. Лесотехническая, дом 1, к. 1	понедельник	18.00 -19.30	29- 69 -24
у. Пионерская, 82 (Маймакс.округ)	суббота	13.00 -14.30	21- 30 - 36
Кегостров, у. Кегостровская, 51	пятница	17.00 -19.00	21-30-36





Областной семейный творческий конкурс синквейнов «Двигайся! Питайся! Улыбайся!»

Конкурс направленного на формирование ценностей здорового образа жизни среди детей и подростков образовательных учреждений и их семей.

Цель Конкурса – популяризация здорового образа жизни в семье через совместное творчество детей и родителей.

В рамках комплексной профилактической программы «Здоровые дети – здоровое общество», ГБУЗ Архангельской области «Архангельский центр общественного здоровья и медицинской профилактики» совместно с Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Архангельской области проводит конкурс семейного творчества

Для участия необходимо предоставить конкурсную работу до 19 ноября 2021 г.
Синквейн - стихотворение из 5 строк. (подробности в Положении о конкурсе)

Ежегодная Областная родительская конференция «Здоровое детство»



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
**ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

28 ОКТЯБРЯ СОСТОЯЛАСЬ XI ОБЛАСТНАЯ РОДИТЕЛЬСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ "ЗДОРОВОЕ ДЕТСТВО"

В 2020 конференция прошла в необычном формате.
Выступления специалистов транслировались по всей области в
онлайн-режиме с помощью Youtube-канала Архангельского
центра общественного здоровья и медицинской
профилактики.

Благодаря этому принять участие в конференции смогло более
600 человек. Это в три раза больше, чем может вместить в
себя зал, где обычно проходила конференция.

Запись конференции просмотрело более 4000 человек.

