**Реализация проекта «Леди ЗОЖ» в 2020 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы организации** | **Мероприятия** | **Результат 2020 г.** | **фото** |
| Диспансеризация | Диспансеризация | **501- 10%** | **DSC_0602 - копия** |
| Школы здоровья | Принимаем активное участие в видеоконференциях «Школа здоровья», организованных совместно с Министерством здравоохранения и областным Советом ветеранов на территории «ГБУЗ Варненская больница».  В Центре здоровья организованы школы основ здорового образа жизни для людей с избыточной массой тела, организацией рационального питания, профилактики гиподинамии, легочных заболеваний и артериальной гипертонии, метаболического синдрома, заболеваний суставов, психического здоровья.  Во втором квартале 2020 года в связи с введением режима повышенной готовности к ЧС из-за пандемии, проводились школы здоровья в режиме видеоконференцсвязи. Были проведены школы здоровья по физической активности в золотом возрасте, сахарному диабету, первым признакам инсульта, профилактике острых респираторных вирусных инфекций и гриппа, организованные ГБУЗ «ЧОЦМП».  Специалистом кабинета медицинской профилактики в районной газете «Советское село» были опубликованы статьи на темы:  «Рак – не приговор»  «Не забывайте, палочка Коха опасна и сегодня»  «Вакцинация - это важно»  «Будь сильным - брось курить»  «Стоп наркотикам»  «Профилактика женских заболеваний»  На сайте ГБУЗ «Районная больница с. Варна» размещены статьи на темы:  «Онкология - не приговор»  «Защитимся все вместе - вакцинация важна»  « Важность отказа от курения»  « Стоп наркотикам» | **225**  **76** | D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2019 г\03.04.2019 ЦРБ Мифы о раке\crb04042019_1.jpg |
| Группы здоровья | В феврале прошли «Веселые старты» в спортивном зале ДЮСШ с участием «Группы здоровья» из числа ветеранов, которая была создана в начале 2020 года по инициативе районного Совета ветеранов в физкультурно- оздоровительном центре. Группа занимается на постоянной основе с закрепленным за ними тренером. | **20** | D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2020\19.02.2020 Веселые старты пенс.ДЮСШ\i (1).jpg  C:\Users\ALL\Desktop\Гуля РСВ\Группа здоровья-ветераны.jpg |
| Клуб любителей скандинавской ходьбы | На стадионе «Нива» члены клуба имеют возможность два раза в неделю заниматься с тренером. В остальное время - самостоятельно | **36** | D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2017\2017 - Скандинавская\IMG_1600.JPG |
| Клуб «Активное долголетие» | В январе состоялась встреча с психологом Конюховой Е.Ф. на тему "Изменение личности в пожилом возрасте".  В ноябре-декабре через оповещение группы в общем чате было организовано обучение работе с ZOOM и прослушан цикл лекций в онлайн областного общества «Знания» по ЗОЖ и скандинавской ходьбе. | **30**  **60** | D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2020\31.01.2020 ЗОЖ Психолог\image_large.jpg  D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2020\31.01.2020 ЗОЖ Психолог\i (1).jpg  Психологичсая разгрузка |
| Клуб «Добрые встречи» | - 16 января состоялось мероприятие, посвященное Всемирному дню "Спасибо".  В теплой уютной атмосфере гости за чашечкой чая узнали об истории праздника, традициях чаепития, посмотрели видеоматериал;  -25 февраля – Международный день блина – устроили конкурс блинов.  - 27 февраля - "Масленица".  Праздник начался уже с крыльца, где участники Клуба разместились со своими угощениями, музыкой и песнями, раздавая от души свежеиспеченные блины прохожим;  - Серебряные волонтеры приняли участие в мероприятии «Проводы зимы» 29 февраля 2020 г. в новом сквере им. Ю.А. Гагарина. | **95** | http://varna-kcson.ru/novosti/svezhie-novosti/provozhaem-zimu-s-serebryanymi-volonterami/image_large  https://i.mycdn.me/i?r=AyH4iRPQ2q0otWIFepML2LxR9cIk3kIkZvnjHGHrgLHyVw  https://i.mycdn.me/i?r=AyH4iRPQ2q0otWIFepML2LxR9SO7oVVe4-YfZ-V5Q7jVNw  https://i.mycdn.me/i?r=AyH4iRPQ2q0otWIFepML2LxRmuNlGnOBMqeJRKiJIHZ9TQ |
| Спартакиада для людей старшего поколения | - 25 января 2020 г. - лыжные соревнования среди пенсионеров и инвалидов района на реке Тогузак;  - В феврале 2020 г. –в ДЦ КЦСОН - турнир по шашкам;  **-**22 февраля 2020 г. прошел лыжный переход «Преодоление», приурочен к празднованию 75-летия Победы. | **20**  **18**  **13** | D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2020\19.02.2020 Шашки КЦСОН\i.jpg  D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ЗОЖ в ОСВ\лыжи 5).jpg  D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ФОТО ветераны\2020\25.01.2020 ЗОЖ лыжи\sorevnovaniya_po_lyzhnym_gonkam_sredi_veteranov_i_invalidov_1.jpeg  D:\Documents and Settings\User\Рабочий стол\ЗОЖ в ОСВ\Фото из сайта\Лыжи - чай_25.jpg  После активного лыжного забега всем предлагается  чай из самовара с горячими пирожками на свежем морозном воздухе!Позитив и хорошее настроение получают все участники мероприятия и присутствующие на соревнованиях болельщики.  **22022020_11**  Участники старшего возраста успешно справились  с испытанием!  *http://varna-kcson.ru/novosti/svezhie-novosti/oblastnoi-lyzhnyi-perehod-preodolenie/image_large*  Серебряные волонтеры встречают участников лыжного перехода |