



# Профилактический проект «Дрогичин – без табака» апрель-декабрь

# УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА



- **ЦЕЛЬ:** Вовлечение различных групп населения в мероприятия по ФЗОЖ и отказу от курения
- **ЗАДАЧА:** Проведение комплексной межотраслевой информационно-пропагандистской работы с населением

# Организационные мероприятия

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель председателя  
Дрогоичинского районного исполнительного комитета,  
председатель координационного комитета  
по реализации проекта «Дрогичин – здоровый город»  
\_\_\_\_\_ В.И.Неред  
« 09 » 09. 2021г.

## ПЛАН основных мероприятий профилактического проекта «Дрогичин – без табака»

**Цели проекта:**  
Формирование мотивации населения к здоровому образу жизни, привлечение государственных органов, руководящей предприниматель (организаций) и населения к решению задач, направленных на реализацию мер по снижению потребления табака и уменьшению его воздействия на человека через разработку проведения различных информационно-образовательных мероприятий, путем формирования общественной установки «образ жизни без табака»;

Участие в областном конкурсе на лучший профилактический проект «Здоровый город (поселок)» Брестчины без табака» в рамках государственного профилактического проекта «Здоровый город (поселок)».

Период проведения: с 15 апреля по 01 декабря 2021 года.

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Исполнитель
1.	Выпуск тематического номера газеты «Будь здоров, малыш!»	ноябрь	ГУО «Ясень-сад №2 г.Дрогичина»
2.	Проведение дня здоровья с воспитанниками средней и старшей группы «Книга здоровья: полезные и вредные привычки»	ноябрь	
3.	Проведение консультации для родителей «О вреде пассивного курения»	ноябрь	
4.	Организация работы пункта по измерению АД консул.л/рования врача-психиатра нарколога «Как бросить курить» на базе ЦРА №66.	октябрь	УЗ «Дрогоичинская ЦРБ», Дрогоичин-кий райЦГЮ, ЦРА №66



## ПРОТОКОЛ заседания партнерской группы по реализации проекта «Дрогичин-здоровый город»

07.07.2021 г. Дрогичин

Присутствовали:

Заместитель председателя  
координационного Совета по  
реализации проекта «Дрогичин  
– здоровый город»,  
главный государственный  
санитарный врач  
Дрогоичинского района  
Мельничук Е.Е.

Члены партнерской группы:  
Козачук Л.Н., Лозаук Н.П., Гутович  
Л.А., Демко И.И., Философов И.И., Кожак  
С.С., Южа О.П., Махук А.А., Марчук  
Т.И.

Повестка заседания:

Организация участия в областном конкурсе на лучший  
профилактический проект «Здоровый город (поселок)» Брестчины без  
табака». Вынесение предложений по проведению мероприятий  
информационно-образовательного характера в учреждениях города,  
областных организаций, составление сводного плана мероприятий.  
(Мельничук Е.Е., члены партнерской группы)

№ п/п	Мероприятие	Срок исполнения	Исполнитель
4	Презентовать в адрес райЦГЮ фотографии о проведённых мероприятиях, образцы изданных материалов, свидетельства о принятых управленческих решениях, по профилактике табакокурения, акции программы «Сигарета и др материалы, разработанные в ходе организации и проведения мероприятий.	До 25.11.2021	Члены партнерской группы
5	Исходовать презентацию и другие материалы для участия в областном конкурсе на лучший профилактический проект «Здоровый город (поселок)» Брестчины без табака» в соответствии с требованиями условиями, указанными в положении о проведении конкурса. Направить конкурсные материалы в адрес ГУ «БОДП-ЭКО» в установленные сроки.	До 10.12.2021	Марчук Т.И.

Заместитель председателя координационного Совета  
по реализации проекта  
«Дрогичин – здоровый город»,  
главный государственный санитарный врач  
Дрогоичинского района  
\_\_\_\_\_ Е.Е.Мельничук

В ходе обсуждения были определены приоритетные задачи:

№ п/п	Мероприятие	Срок исполнения	Исполнитель
1.	Внести в адрес райЦГЮ предложения по проведению мероприятий информационно-образовательного характера в учреждениях города, общественных организаций	До 01.09.2021	Члены партнерской группы
2.	Составить сводный план по проведению мероприятий в рамках проекта «Дрогичин без табака» с учетом поступающих предложений (см. п.1.)	До 11.09.2021	Марчук Т.И.
3.	Обеспечить реализацию информационно-образовательного характера в соответствии с планом		Члены партнерской группы

Марчук Т.И. 0121

- Проведено заседание «Партнерской группы» по реализации проекта «Дрогичин – здоровый город»
- Разработан и реализован План основных мероприятий профилактического проекта «Дрогичин – без табака»

# Информационная работа через СМИ - сайт газеты «Дрогичинский вестник»



О вреде курения сказано немало. Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли. Курильщик не погибает потому, что доза вводится постепенно, не в один приём.

Живущие в закуренных помещениях дети чаще страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмоний, повышается риск развития других серьёзных заболеваний.

У детей, матери которых курили во время беременности, имеется предрасположенность к припадкам. Они значительно чаще болевают эпилепсией. Дети, родившиеся от курящих матерей, отстают от своих сверстников в умственном развитии. Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Страдает и сердечно-сосудистая система.

Самое главное – это вероятность, повышающаяся с каждой сигаретой, появления ракового заболевания. Рак легких – одно из самых страшных заболеваний, которое встречается в жизни у курильщиков.

Для мужчин одним из самых страшных последствий раннего курения может стать бесплодие, половое бессилие.

Подумайте, что может произойти с вами, если вы не бросите курить? А чего сможете достичь, если откажетесь от пагубной привычки и будете вести здоровый образ жизни?

Валентина ТАРАСЮК,  
врач-нарколог

## КОГДА ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ...

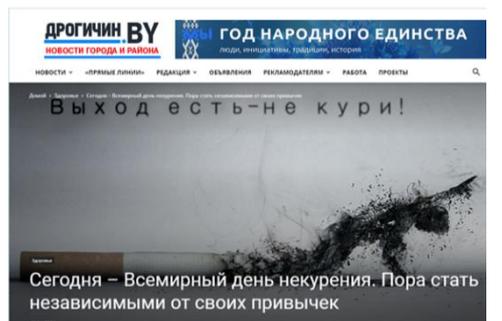
...через 20 минут

ПОСЛЕ ГОСПЕДИН СИГАРЕТЫ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ НОРМАЛИЗУЕТСЯ, ВОССТАНОВИТСЯ РАБОТА СЕРДЦА

...через 8 часов

НОРМАЛИЗУЕТСЯ СОДЕРЖАНИЕ КИСЛОРОДА В КРОВИ

...через 2 суток



Зависимость – это ощущаемая навязчивая потребность в чём-либо. На наличие сформированного пристрастия указывают некоторые признаки. Это постоянная потребность в чём-либо, которая постоянно увеличивается и хочется повторить определенное действие вновь и вновь. При этом попытки других людей вмешаться с советами по исправлению ситуации воспринимаются крайне негативно. Наступают изменения в эмоциональном поведении, так, при отсутствии возможности для удовлетворения своей потребности появляются раздражение и агрессия. Происходит также изменения в режиме дня и ритме жизни, и со временем привычка всё глубже затягивает, делая все остальные сферы жизни менее значимыми и неинтересными.

Такая сформированная зависимость может привести к серьёзным заболеваниям, негативно отразится на физическом и психическом здоровье человека, разрушит семью, карьеру, разорвет социальные связи.

Одна из самых частых пагубных зависимостей – никотиновая, которой не всегда придается должное значение. Никотин негативно сказывается на работе сердца, сосудов, желудочно-кишечного тракта, потенция и нервной системе. Курильщики страдают заболеваниями легких, которые становятся причиной рака.

Почему же курящий человек сознательно вредит своему здоровью, ради несущественного «удовольствия»? Скорее всего он не умеет получать более качественное удовольствие, например, от достижения своих целей, самореализации, от ощущения себя здоровым, энергичным и свободным от всяких зависимостей человека... Ведь любое удовольствие курящий получает частично, потому что разделяет его с удовольствием от курения

А ведь для качественной жизни нужно получать удовольствие от полезных, а не вредных для человека вещей.

Многие привычки, по крайней мере, привычки



Итак, человеку по какой-то причине сложно отказаться от курения, но, если желание есть, — это уже хорошо.

Осталось пробудить, понять и почувствовать в себе чувство собственного достоинства, начать больше любить себя, и не отравлять себя в процессе курения.

И, да, насчет отговорки про успокоить нервы за счет курения. Помните, во-первых, Вы «успокаиваете» свои нервы ядом. Во-вторых, это не спокойствие, а переключение внимания, временная пауза, отсрочка. Таким отвлекающим фактором может служить и выпитая чашка чая в компании и разговор с другом.

Свобода выбора в поведении по отношению к собственному здоровью есть у каждого в рамках обстоятельств, в которых находится человек, и заканчивается там, где начинается свобода другого. Сделайте ответственный выбор в пользу здоровья, который рождает правильные желания и поведение.

Задавая себе вопрос «Свободны ли мы или зависимы от чего-нибудь?», следует понимать, что абсолютно свободны мы только в мыслях. «Будьте внимательны к своим мыслям — они начало поступков» (Лао Цзы).

Мысли становятся словами, слова-действиями, действия – привычками, привычки – характером. Это то, какими нас видят другие люди. Они не могут испытать наши чувства или узнать мысли, они только слышат наши слова и видят наши действия и привычки, которые и определяют, кто мы есть.



Татьяна Марачук,  
Инструктор-валеолог РЦГНЗ

# Информационная работа через СМИ - газета «Дрогоичинский вестник»

22 ЗДОРОВЬЕ

● 18 НОЯБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ НЕКУРЕНИЯ

## Бросить курить – никогда не... рано!

Угроза для здоровья людей во всем мире, создаваемая курением, является беспрецедентной. Ежедневно в республике из-за болезней, связанных с табаком, умирает 42 человека. На сегодня потребление табака является самой серьезной предотвратимой причиной возникновения хронических болезней, инвалидности и смертности.

Как показывают многие исследования, более 70 процентов курильщиков хотели бы бросить курить. Поводом к отказу от курения служат проблемы со здоровьем, забота о здоровье семьи или ожидаемом ребенке, стремление создать положительный пример для детей, общественное давление, желание улучшить свой внешний вид.

Многие хотя бы раз попробовали самостоятельно бросить курить, но возникающие симптомы отмены, с которыми тем труднее справиться, чем сильнее зависимость от табака, приводили к неудаче. Однако с каждой новой попыткой вероятность окончательного прекращения курения возрастает.

Тот, кто не в состоянии самостоятельно бросить курить, может использовать нефармакологические и фармакологические способы лечения этой зависимости. Нефармакологическое лечение включает многочисленные программы отказа от курения. Эти программы основаны на поведенческой терапии. С чего же начать?

К отказу от курения нужно готовиться. Лучше всего наметить для себя какую-нибудь конкретную дату (недели через 2-3) и все это время «морально» готовиться к отказу от курения, а также немного тренироваться.

На этом этапе можно посоветовать:

– не докуривать сигарету до конца, оставлять последнюю треть, ведь самые вредные

компоненты дыма находятся

именно в ней;

– не затягиваться сигаретой;

– стараться ежедневно сокращать количество выкуриваемых сигарет на 1-2;

– не курить на пустой желудок;

– никогда не курить за компанию;

– завести новые «бездымные» привычки.

Первые дни – самые трудные. Чтобы этот этап протекал легче, советуем:

– пить больше жидкости (воды, соков, некрепкий чай с лимоном);

– не пить крепкий чай, кофе, не есть острые и пряные блюда;

– есть больше кисломолочных продуктов, свежих овощей, фруктов;

– ежедневно принимать душ;

– поддерживать высокий уровень физической активности.

Чтобы снизить тягу к сигарете, рекомендуем избегать ситуаций, провоцирующих курение: спрятать все, что напоминает о курении; предупредить родственников, друзей, сослуживцев о решении окончательно порвать с табаком; найти партнера по отказу от курения.

Один из действенных способов удержаться от табакокурения – аутогенная тренировка. Элементом аутогенной тренировки является самовнушение, эффективность которого зависит от подбора мысленных формул. Формула самовнушения должна вызывать яркий образ. Например – «курение мне противопо», «лег-

ко дышать, когда не куришь»,

«ку меня железная воля», если решил бросить курить»,

«ничто и ничто не заставит меня изменить мое решение»,

«меня уже не тянет к сигарете, заметно улучшился цвет лица, пропал неприятный запах от кожи, от волос, от дыхания». Подобные фразы нужно произносить перед сном, после пробуждения, а также несколько раз в течение дня, особенно в ситуациях, когда хочется курить.

Основным фармакологическим средством, помогающим бросить курить, является никотинозамещающая терапия (НЗТ). Средства НЗТ можно приобрести в аптеке. Их следует использовать строго согласно прилагаемой инструкции. Применять НЗТ в качестве средства помощи в прекращении курения нужно тем, кто курит 10 или более сигарет в день и готов прекратить курение.

При приеме НЗТ никотин, поступающий в организм при курении, замещается на его «чистую» и более безопасную форму (без смол, окиси углерода или дыма). Это помогает бросить курить с меньшим дискомфортом. НЗТ не рекомендуется применять беременным женщинам, молодым людям и людям, страдающим от коронарной болезни сердца.

Можно использовать гомеопатические препараты. Помочь справиться с синдромом отмены могут также поливитамины, витамины С, В15, успокаивающие средства (препараты валерианы, пустырника), рецепты народной медицины.

ДРАГІЧЫНСКІ ВЕСНІК  
№46 (9462) 19 лістапада 2021 г.



Около 80% пытающихся бросить курить опасаются расползнуться. Чтобы этого не случилось, рекомендуем ограничить в рационе жиры и простые углеводы (сало, сливочное масло, жирные молочные продукты, сладости, пирожные).

Курильщики последовательно проходят через пять фаз отказа от курения: получение информации о вреде курения, фаза размышления, активная фаза (предпринимаются попытки бросить курить), фаза отказа от курения, фаза воздержания от сигарет.

До 20% людей успешно бросают курить с первой попытки, остальные возвращаются к курению в течение трех месяцев. Срыв может произойти из-за эмоционального стресса, давления со стороны окружающих, тяги к табаку и т.д.

Не нужно сдаваться сразу после того, как однажды за-

курили, думать, что ничего не получилось.

В таких случаях полезно обдумать: достаточно ли было применено способов замещения, достаточно ли было оказано поддержки, достаточно ли вы себя вознаграждали, были ли готовы к изменению? И продолжать лечение от табачной зависимости.

Большинство людей делают несколько попыток и только потом бросают курить. Учитесь справляться со своими ошибками и возвращайтесь на выбранный путь как можно скорее.

Экспериментируйте различными подходами к разрушению этой вредной привычки. Пусть вашу уверенность укрепляет опыт успешных попыток других людей! Сделайте свой выбор в пользу отказа от курения!

Валентина ТАРАСЮК,  
врач психиатр-нарколог

# Информационная работа через СМИ - газета «Дрогичинский вестник»

8 ОФИЦИАЛЬНО

## ● ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

### Вейпы – эксперимент над собственным здоровьем

На улицах города все чаще можно встретить людей, выдыхающих большое количество пара, использующих для этого специальные устройства.

Да, это курильщики электронных сигарет, считающие такой вид курения безопасной имитацией и альтернативой курению табачных изделий. И, в основном, это подростки. Кроме яркой одежды, нестандартной прически они выражают собственную исключительность при помощи курения электронных сигарет, или, как принято их называть в молодежной среде, вейпов.

Вейпы состоят из корпуса, нагревательного элемента, литий-ионной батареи для подзарядки, а также картриджа со специальной жидкостью для парения. Принцип работы вейпа подобен ингалятору: он не выделяет в воздух продуктов горения, при закипании жидкости образуется пар, который вдыхает курильщик. Основной компонент электронной сигареты – жидкость в сменном картридже, которая содержит пять основных компонентов: воду, пропиленгликоль, глицерин, ароматические добавки и никотин (не всегда).

Каждый вейпер ставит своеобразный эксперимент над собственным здоровьем. В нашей стране ни сами электронные сигареты, ни жидкость для них не подлежат обязательной сертификации, поэтому смеси могут быть приготовлены с различными нарушениями и содержать опасные примеси, а содержание никотина в них превышает заявленное.

После перехода на электронные сигареты не происходит отказа от привычки курить, а лишь появляется психологическая зависимость от нового вида курения, зачастую человек начинает курить даже больше – из-за осознания мнимой безвредности этой привычки.

Влияние на организм ингредиентов, которые входят в состав вейпов, не всегда заметно сразу. Вред электронных сигарет состоит в затруднении дыхания, возникновении затажного кашля и одышки, повышении риска развития рака легких, постепенном снижении зрения, ухудшении функционирования щитовидной железы, бесплодии, появлении или усугублении у подростков угревой сыпи, себореи, гипертонии, ухудшении памяти, снижении внимания, мышления и др.

Электронные сигареты считаются устройствами повышенной опасности, которые при неправильном использовании могут взрываться или воспламеняться.

Сегодня модно не иметь вредных привычек, поэтому от курения табачных изделий и использования электронных сигарет стоит отказаться ради сохранения собственного здоровья.

Татьяна МАРАЧУК,  
фельдшер-валеолог РЦГиЗ

ДРАГІЧЫНСКІ ВЕСНІК  
№38 (9454) 24 верасня 2021 г.

## ● «ДРОГІЧІН БЕЗ ТАБАКА!»

### КАЛЬЯН – очередной эксперимент над собственным здоровьем

Очередное увлечение молодежи – кальян – это приспособление для курения табачных либо безтабачных смесей. При курении происходит нагревание, а не сжигание табачной смеси. Дым в нем подается непосредственно после его фильтрации и охлаждения.

Те, кто курит кальян, считают, что дым от него менее вредный, чем от простых сигарет, потому что проходит через воду. Однако, несмотря на это, он не безопасен и содержит большое количество канцерогенных веществ, тяжелых металлов и никотина. Влажный дым кальяна остается на долгое время в легких. Также, объем выдыхаемого углекислого газа больше, чем выдыхаемого через сигареты.

Разница между кальяном и сигаретами еще и в том, что сигареты курятся коротко-срочно, а кальян – минимум около часа. Таким образом, когда люди курят кальян, то они вдыхают в себя столько веществ, сколько содержится в 3 пачках сигарет.

Так как кальян, как правило, курят в компаниях, велика вероятность заражения инфекционными заболеваниями, как туберкулез, герпес. Передача бактерий и вирусов идет не из насадки, которая должна быть индивидуальной, а из трубки (дезинфицировать составные части кальяна в условиях кафе или ресторана достаточно сложно).

Насущным остается вопрос, где же можно курить кальян с учетом антитабачного законодательства. С 27 июля 2019 вступил в силу Декрет Президента РБ от 24.01.2019 №2, в соответствии с которым ужесточены требования к местам курения табачных изделий с одновременным их распространением на использование систем для потребления



Фотоиллюстрация

табака и электронных систем курения.

А так как кальян относят к системам для потребления табака, то курить его можно только на объектах, в которых курение допускается только в специально отведенных местах.

И если мы говорим, в частности, о местах для курения на объектах общественного

питания, территориях летних площадок (продолжение залов), то они должны быть определены в соответствии с инструкциями по пожарной безопасности, оборудованы в установленном порядке и обозначены указателями «Место для курения».

Татьяна МАРАЧУК,  
фельдшер-валеолог



# Консультирование по вопросам отказа от табачной зависимости.



- На базе ЦРА №66 18 ноября врачом-наркологом и психологом ЦРБ, проведено консультирование по вопросам отказа от табачной зависимости. Обратилось 3 чел.
- В акции приняли участие волонтеры Дрогичинской РО БО КК.



# # конкурс Photo Challenge «Я не курю, потому что...»



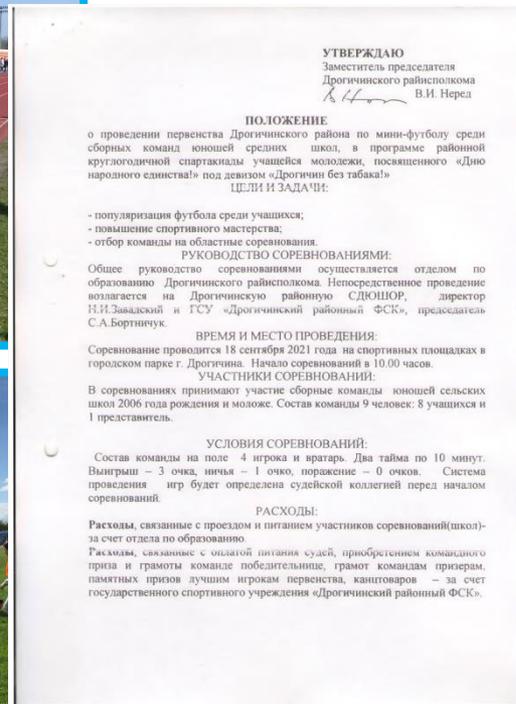
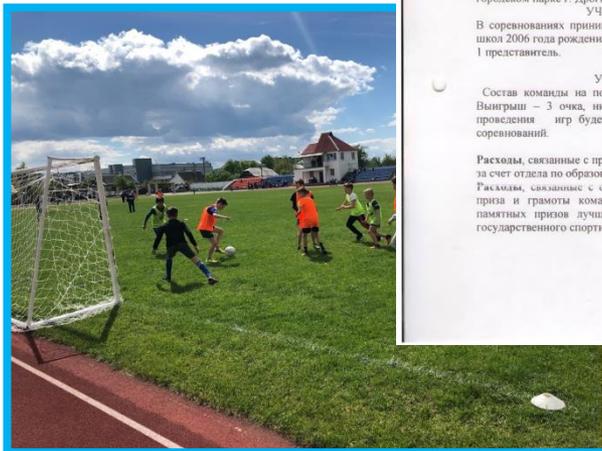
● Награждение победителя и участников конкурса поощрительными призами районного центра гигиены и эпидемиологии

## # уличные акции с участием волонтеров Дрогичинской РО БО КК



- 21 мая в рамках Всемирного дня без табака и 18 ноября в рамках Всемирного дня некурения с участием волонтеров Дрогичинской РО БО КК проведены уличные акции «Пора отказаться от табака!» и «Отличный день, чтобы бросить курить!».

# Спортивные мероприятия



- Под девизом «Дрогичин без табака!» проведены: 18 сентября мини-футбол среди сборных команд юношей средних школ и 9 октября осенний легкоатлетический кросс среди учащейся молодежи.

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «ОАПЛ»



- «Круглый стол» 27 мая для учащихся 1 курса с участием специалистов ЦРБ, райЦГиЭ, СППС лицея, демонстрация фильма "Никотин. Секреты манипуляции".



- Конкурсно-игровая программа 18 ноября "Бросай курить - вздохни свободно!" (см. приложение)

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «Ясли-сад №1 г.Дрогичина»



○ Родительский журнал:  
"Жизнь без сигареты.  
Мы против курения».

○ Акция "Некурящее  
поколение: мы за жизнь  
без табачного дыма"

**Что содержится в сигарете**

- у курящих  
• каждая сигарета сокращает жизнь на 8-15 минут  
• в 2-3 раза чаще бывают сердечно-сосудистые заболевания
- у курящих  
• в 15-30 раз чаще – рак легких  
• в 13 раз чаще – стенокардия
- у курящих  
• в 12 – инфаркт миокарда  
• в 10 – язва желудка
- у курящих  
• чаще страдают ОРЗ, бронхитами, астмами, у них нарушаются зрение и слух  
• развивается рак губы, гортани, голосовых связок, пищевода
- у курящих  
• основная причина рака легкого – курение

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «Ясли-сад №2 г.Дрогичина»

○ День здоровья  
"КНИГА ЗДОРОВЬЯ"



## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Ясли-сад №3 г.Дрогичина"



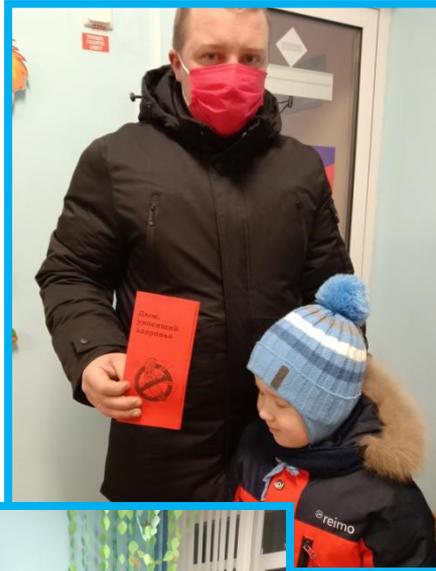
- Мероприятие 18 ноября «Взрослые, бросьте курить, давайте дышать чистым воздухом!»
- Воспитанники всех возрастных групп приняли активное участие в создании листовок «Взрослые, бросьте курить, давайте дышать чистым воздухом!» и распространении среди своих родителей.

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Ясли-сад №3 г.Дрогичина"



- **День здоровья 13 октября**
- **беседы: «Чтобы легко было дышать», «Войди в природу другом», «О вреде курения», «Где же прячется здоровье?» .**
- **дидактические игры: «Составь загадку», «Здоровые привычки», «Польза и вред», «Да и нет».**
- **сюжетно-ролевые игры: «Аптека витаминов», «Кладовая здоровья», «Природная аптека»).**
- **эстафеты: «Передай мяч», «Собери всех полезных друзей».**

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Ясли-сад №4 г.Дрогичина"



- Акция «Чистый воздух» 22 ноября:
- Игра-путешествие в страну вредных привычек «Что загрязняет воздух?».
- Беседы: «Красивый город - чистый город».
- Подготовлены и распространены среди родителей буклеты «Чистый воздух».

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Дрогичинский РЦДОДиМ"



○ **К**онкурсно-познавательное мероприятие "Мы выбираем здоровье»:

- Дети соревновались в знаниях о последствиях курения для здоровья человека, определяли, где миф а где настоящие факты о табакокурении, расшифровывали анаграммы.
- В заключение участники мероприятия символично "превратили" грязные лёгкие в чистые и здоровые.

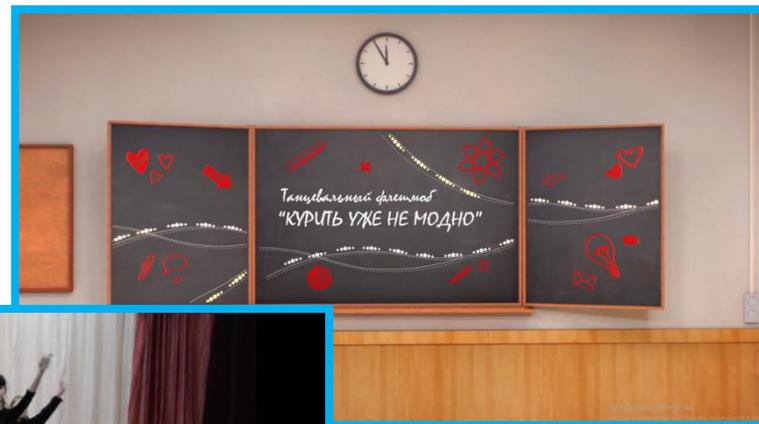
## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Гимназия г.Дрогичина"



- **Р**азработка и реализация программы профилактики табакокурения и употребления электронных сигарет «Гимназия без табачного дыма» (см. приложение)
- **Н**еделя профилактики курения среди несовершеннолетних:
  - 15 ноября круглый стол "Всем ясно-курение опасно»;
  - 17 ноября в фойе выставка рисунков "Скажи курению нет»;
  - 17 ноября информационный час "Профилактика курения. Побороть плохие привычки лучше сегодня, чем завтра" для учащихся 6 кл. с участием специалистов райЦГиЭ;
  - 18 ноября тематический час общения для учащихся 4 кл."Всем ясно - курение опасно», демонстрация видеофильма "Тайна едкого дыма".

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «СШ №1 г.Дрогичина»

### ○ Танцевальный флешмоб «Курить уже не модно» (видео прилагается)



## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «СШ №2 г.Дрогичина»



- **Интерактивная площадка «Мы не курим и Вам не советуем»** (сценарий прилагается)

## Информационно-образовательные мероприятия - центральная районная библиотека



○ **П**ознавательный час «Выбираем жизнь без табака».

○ **К**нижная выставка «Жизнь стоит того, чтобы жить».

○ **Д**емонстрация видеоролики «Вред курения для школьников и подростков» и «Чем опасен вейп».



# Информационно-образовательные мероприятия - ГУО "Дрогичинская детская школа искусств"



## ○ Конкурс и выставка рисунков



## Информационно-образовательные мероприятия - ГУ «Дрогичинский ТЦСОН»



- «Выпускной в папашколе»:
- 25 ноября проведено итоговое занятие в «Папашколе». Во время занятий обсуждались многие вопросы, в т.ч. важен ли личный пример здорового образа жизни отца и является ли это лучшим аргументом при формировании навыков ЗОЖ у детей?
- Папам были вручены информационные буклеты и текстильные маски ручной работы с надписью «Лучший папа».

## Информационно-образовательные мероприятия - ГУО «Дрогичинский РСПЦ»



- Ток-шоу «Минздрав предупреждает» в октябре с учащимися школ района
- «Родительский лекторий «Подростковый суицид» в сентябре в рамках работы клуба «Домашний очаг» (для родителей, дети которых признаны нуждающимися в государственной защите (находящиеся в приюте).
- Онлайн-заседания клуба «РОЗА» 28 мая и 25 ноября с родителями, чьи дети признаны находящимися в социально опасном положении на темы: «Профилактика вредных зависимостей у детей» и «Если хочешь долго жить, сигареты брось курить».

## Информационно-образовательные мероприятия - ГП "Дрогичинская районная киноvideосеть"



- Тематическая дискотека в кинотеатре «Беларусь»
- Конкурсы: «Поменяй сигарету на конфету», «Кто быстрее надует шарик», «Сломай сигарету – не ломай свою жизнь».

## Информационно-образовательные мероприятия - Православное молодежное братство при Сретенском храме г.Дрогичина



- **Беседы со священником «Дыши свободно!»**

# Информационно-образовательные мероприятия - организации и предприятия

В рамках государственного профилактического проекта  
«Здоровый город (поселок)»

С 15 апреля по 1 декабря

## КОНКУРС

на лучший профилактический проект  
«Здоровый город (поселок)  
Брестчины без табака!»

Конкурс проводится с целью формирования мотивации населения к здоровому образу жизни, а также с целью привлечения государственных органов, руководителей предприятий (организаций) и населения к решению задач, направленных на реализацию мер по снижению потребления табака и уменьшению его воздействия на человека

**ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ КОМИТЕТ КОНКУРСА:**  
Областное отделение группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровый город (поселок)»

**ИНФОРМАЦИЯ О КОНКУРСЕ**  
размещается на сайтах Брестского областного ЦГЭиОЗ, Брестского областного исполнительного комитета, горрайисполкома, зонрайЦЭ

Государственное учреждение «Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»  
Брест, 2021 г.



- Размещение тематических листовок на стендах
- Проведение производственных совещаний
- Обновление (при необходимости) знаков о запрете курения, контроль их размещения

# Информационно-образовательные мероприятия - распространение листовок и буклетов

В рамках государственного профилактического проекта «Здоровый город (поселок)»

**С 15 апреля по 1 декабря**

## КОНКУРС

на лучший профилактический проект

**«Здоровый город (поселок) Брестчины без табака!»**

Конкурс проводится с целью формирования мотивации населения к здоровому образу жизни, а также с целью привлечения государственных органов, руководителей предприятий (организаций) и населения к решению задач, направленных на реализацию мер по снижению потребления табака и уменьшению его воздействия на человека

Организационный комитет конкурса: Областное отделение группы управления по делам молодежи Брестского областного ЦГЭиОЗ, Брестского областного исполнительного комитета, территориальных организаций ЦГЭиОЗ

Информация о конкурсе размещается на сайтах Брестского областного ЦГЭиОЗ, Брестского областного исполнительного комитета, территориальных организаций ЦГЭиОЗ

**КУРИТЬ И ЖИТЬ!**

Ваша жизнь зависит от выбора, который вы делаете. Курить или не курить? Это решение, которое вы принимаете каждый день. Курение вредит вашему здоровью и может привести к серьезным заболеваниям, таким как рак, болезни сердца и легких, и преждевременной смерти.

**Цена курению - ВАША ЖИЗНЬ!**

Многие курящие люди считают, что курение приносит им удовольствие. Однако это удовольствие стоит очень дорого - здоровьем и жизнью. Курение вредит вашему здоровью и может привести к серьезным заболеваниям, таким как рак, болезни сердца и легких, и преждевременной смерти.

**Как бросить курить?**

Ваше решение изменить свою жизнь зависит от выбора, который вы делаете. Курить или не курить? Это решение, которое вы принимаете каждый день. Курение вредит вашему здоровью и может привести к серьезным заболеваниям, таким как рак, болезни сердца и легких, и преждевременной смерти.

**Как бросить курить?**

Ваше решение изменить свою жизнь зависит от выбора, который вы делаете. Курить или не курить? Это решение, которое вы принимаете каждый день. Курение вредит вашему здоровью и может привести к серьезным заболеваниям, таким как рак, болезни сердца и легких, и преждевременной смерти.

**Зачем Вы, девушки, КУРИТЕ?**

Курение - это болезненное занятие, отнимающее и здоровье, деньги и здоровье.

**Зачем Вы, девушки, КУРИТЕ?**

Курение - это болезненное занятие, отнимающее и здоровье, деньги и здоровье.

**Зачем Вы, девушки, КУРИТЕ?**

Курение - это болезненное занятие, отнимающее и здоровье, деньги и здоровье.

- На информационных стендах,
- При проведении информационно-образовательных мероприятий

**ЧЕШЕКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ**

Брестская городская Детская поликлиника №2

**Зачем Вы, девушки, КУРИТЕ?**

Курение - это болезненное занятие, отнимающее и здоровье, деньги и здоровье.

**Зачем Вы, девушки, КУРИТЕ?**

Курение - это болезненное занятие, отнимающее и здоровье, деньги и здоровье.



# «Дрогичин – без табака»

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**