ЗДОРОВЫЕ ГОРОДА И ПОСЕЛКИ

ЦЕЛИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В БЕЛАРУСИ

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
Государственное учреждение
«Речицкий зональный
центр гигиены и эпидемиологии»

РЕАЛИЗАЦИЯ ГОСУДАРСТВЕННОГО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПРОЕКТА «ЗДОРОВЫЕ ГОРОДА И ПОСЕЛКИ» НА ТЕРРИТОРИИ РЕЧИЦКОГО РАЙОНА «РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД»

ЗА 2025 ГОД

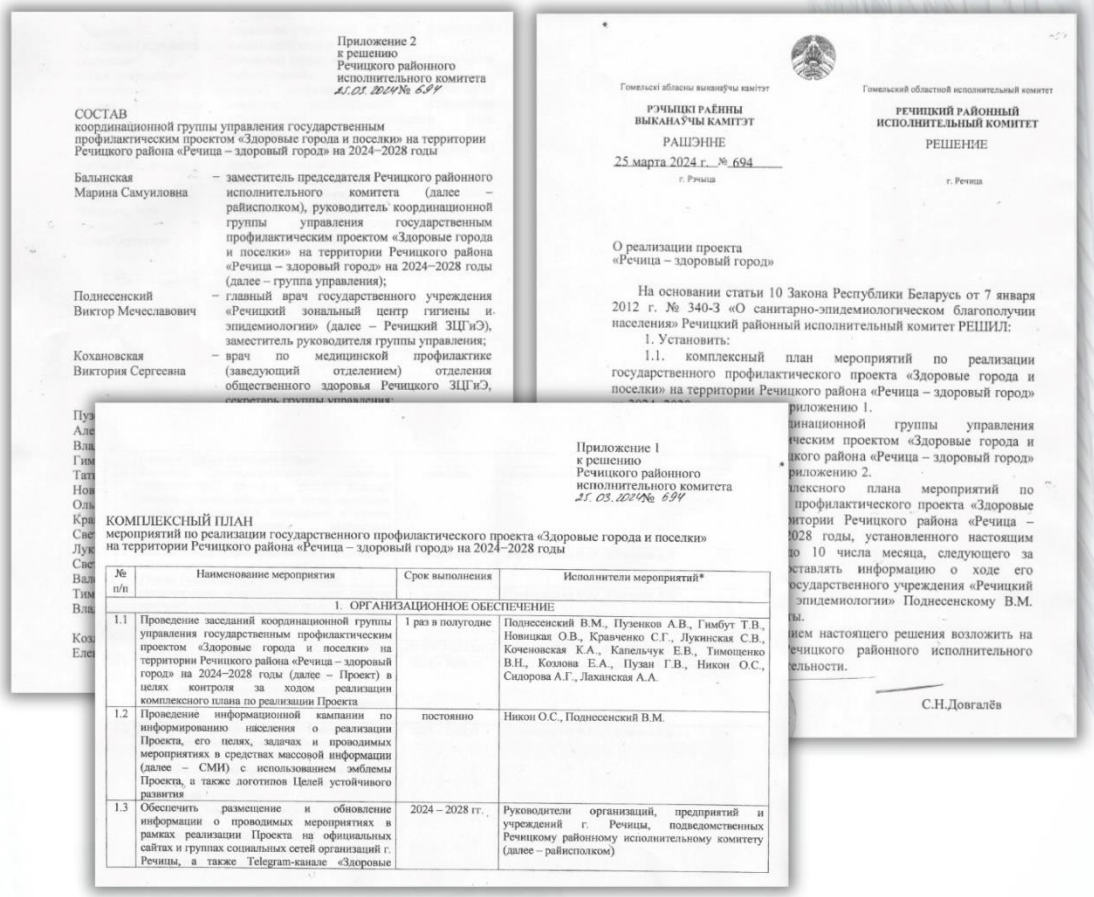


@rechitsa_zcge

На территории Речицкого района реализуется профилактический проект «Речица – здоровый город» (решения Речицкого райисполкома от 26.01.2018г. № 128 , от 20.10.2021г. № 2953 и от 25.03.2024г. № 694).

Для обеспечения межведомственного подхода утверждена координационная группа управления реализацией проекта, определены основные направления деятельности, а также утвержден комплексный план мероприятий по реализации проекта «Речица – здоровый город».

В марте 2025 года заместителем председателя Речицкого районного исполнительного комитета утвержден доработанный Базовый перечень критериев эффективности реализации государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района (от 10.03.2025г.).



Приложение 2
к решению
Речицкого районного
исполнительного комитета
25.03.2024 № 694

СОСТАВ
координационной группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2024–2028 годы

Балынская Марина Самуиловна – заместитель председателя Речицкого районного исполнительного комитета (далее – райисполком), руководитель координационной группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2024–2028 годы (далее – группа управления);

Поднесенский Виктор Мечеславович – главный врач государственного учреждения «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии» (далее – Речицкий ЗЦГиЭ), заместитель руководителя группы управления;

Кохановская Виктория Сергеевна – врач по медицинской профилактике (заведующий отделением) отделения общественного здоровья Речицкого ЗЦГиЭ, секретарь группы управления;

Гомельскі абласны выканаўчы камітэт
РЭЧЫЦКІ РАЁННЫ ВЫКАНАЎЧЫ КАМІТЭТ

Гомельский областной исполнительный комитет
РЕЧИЦКИЙ РАЙОННЫЙ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОМИТЕТ

РАШЭННЕ
25 марта 2024 г. № 694
г. Рэчыца

РЕШЕНИЕ
г. Речица

О реализации проекта
«Речица – здоровый город»

На основании статьи 10 Закона Республики Беларусь от 7 января 2012 г. № 340-З «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» Речицкий районный исполнительный комитет РЕШИЛ:
1. Установить:
1.1. комплексный план мероприятий по реализации государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» ...риложению 1.
...динационной группы управления ...ческим проектом «Здоровые города и ...кого района «Речица – здоровый город» ...риложению 2.
...лексного плана мероприятий по ... профилактического проекта «Здоровые ...итории Речицкого района «Речица – ...2028 годы, установленной настоящим ...о 10 числа месяца, следующего за ...оставлять информацию о ходе его ...осударственного учреждения «Речицкий ... эпидемиологии» Поднесенскому В.М. ...ы.
...нием настоящего решения возложить на ...ечицкого районного исполнительного ...ельности.

С.Н.Довгалёв

Приложение 1
к решению
Речицкого районного
исполнительного комитета
25.03.2024 № 694

КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН
мероприятий по реализации государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2024–2028 годы

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Исполнители мероприятий*
	1. ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ		
1.1	Проведение заседаний координационной группы управления государственным профилактическим проектом «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района «Речица – здоровый город» на 2024–2028 годы (далее – Проект) в целях контроля за ходом реализации комплексного плана по реализации Проекта	1 раз в полугодие	Поднесенский В.М., Пузенков А.В., Гимбут Т.В., Новицкая О.В., Кравченко С.Г., Лукинская С.В., Коченовская К.А., Капельчук Е.В., Тимошенко В.Н., Козлова Е.А., Пузан Г.В., Никон О.С., Сидорова А.Г., Лаханская А.А.
1.2	Проведение информационной кампании по информированию населения о реализации Проекта, его целях, задачах и проводимых мероприятиях в средствах массовой информации (далее – СМИ) с использованием эмблемы Проекта, а также логотипов Целей устойчивого развития	постоянно	Никон О.С., Поднесенский В.М.
1.3	Обеспечить размещение и обновление информации о проводимых мероприятиях в рамках реализации Проекта на официальных сайтах и группах социальных сетей организаций г. Речицы, а также Telegram-канале «Здоровые	2024 – 2028 гг.	Руководители организаций, предприятий и учреждений г. Речицы, подведомственных Речицкому районному исполнительному комитету (далее – райисполком)



УТВЕРЖДАЮ
Заместитель председателя
Речицкого райисполкома, председатель районной межведомственной комиссии по охране здоровья населения, формированию здорового образа жизни, профилактике ВИЧ-инфекции и достижению Целей устойчивого развития
М.С. Балынская
«10» марта 2025г.

Базовый перечень критериев эффективности реализации государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» на территории Речицкого района

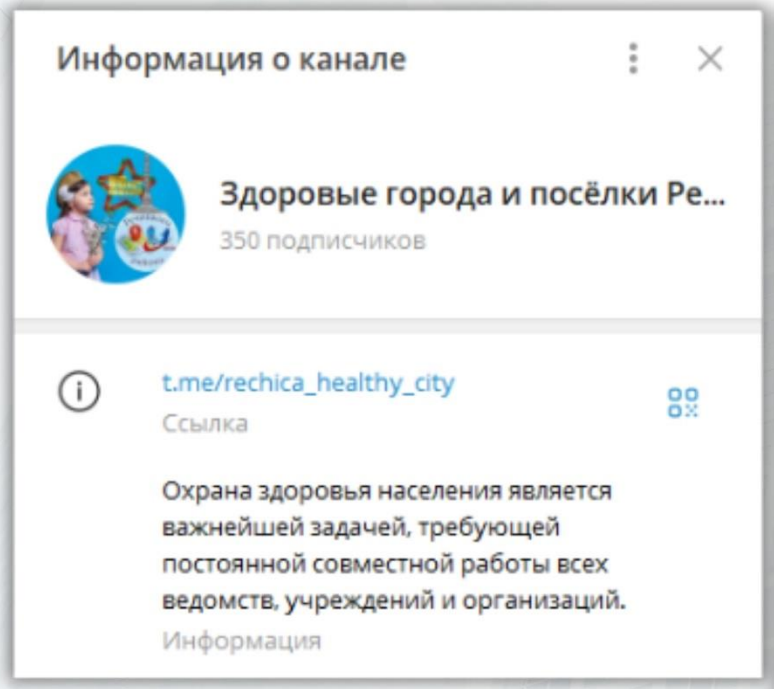
1. ПОКАЗАТЕЛИ СОСТОЯНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ:

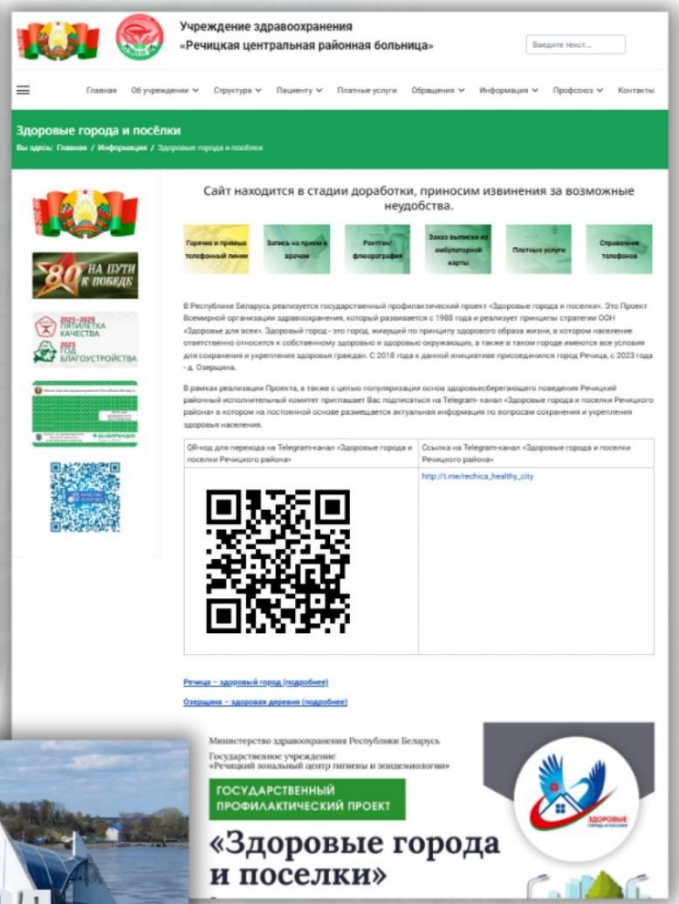
№ п/п	Наименование показателя
1.	Численность населения, в т.ч.: - мужчин - женщин
2.	Число родившихся
3.	Число умерших
4.	Количество умерших детей в возрасте до 1 года
5.	Общий коэффициент рождаемости
6.	Общий коэффициент смертности
7.	Коэффициент младенческой смертности
8.	Коэффициент смертности трудоспособного населения
9.	Естественный прирост
10.	**Заболеваемость с временной утратой трудоспособности на 10 000 работающих:**

Вопросы реализации проекта «Речица – здоровый город» в 2025 году заслушивались:

- *районной межведомственной комиссии по охране здоровья населения, формированию здорового образа жизни, профилактике ВИЧ-инфекции и достижению Целей устойчивого развития (протокол №1 от 19.06.2025 г.);*
- *координационной группы управления профилактическими проектами «Солтаново - здоровый агрогородок», «Бабичи - здоровый агрогородок», «Белое Болото - здоровый агрогородок», «Василевичи - здоровый город» (протокол №1 от 15.08.2025 г.).*

В целях продвижения идей здорового образа жизни и популяризации профилактического проекта «Здоровые города и поселки» созданы вкладки «Речица – здоровый город» и телеграм-канал «Здоровые города и поселки Речицкого района»











Статьи в рубрике «Речица – здоровый город»

РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

Летний рацион: полезные продукты для солнечного настроения

Лето – это время яркого солнца, тепла и, конечно же, свежих и вкусных продуктов, щедро дарованных природой. Правильно составленный летний рацион зарядит энергией, укрепит иммунитет и подарит отличное настроение на весь сезон!

О том, как лучше питаться летом, рассказывает заведующий отделением общественного здоровья Речицкого ЗЦГЭ Виктория Кохановская.



Овощное изобилие и фруктовый рай

Лето – идеальное временя для того, чтобы сделать овощи и фрукты основой своего рациона. Они богаты витаминами, минералами, клетчаткой и антиоксидантами, которые необходимы для поддержания здоровья и хорошего самочувствия.

Огурцы практически полностью состоят из воды, отлично утоляют жажду и обладают мочегонным эффектом.

Помидоры содержат ликопин – мощный антиоксидант, защищающий клетки организма от повреждений.

Перец – богатый источник витамина С, который укрепляет иммунитет.

Кабачки и баклажаны легко усваиваются, содержат много клетчатки и полезных микроэлементов.

Зелень: петрушка, укроп, базилик, кинза – добавляйте их в салаты, супы и другие блюда. Они богаты витаминами, минералами и эфирными маслами, которые придают блюдам неповторимый вкус и аромат.

Ягоды: клубника, малина, черника, смородина – настоящий кладезь витаминов и антиоксидантов.

Арбуз и дыня отлично утоляют жажду.

Персики и абрикосы богаты каротином, который полезен для зрения и кожи.

Яблоки и груши содержат много клетчатки, которая улучшает пищеварение.

Цитрусовые: апельсины, грейпфруты, лимоны – богаты витамином С, который укрепляет иммунитет.

Не забываем о белке

Белок – наш строительный материал. Он необходим для поддержания мышечной массы, иммунитета и других важных функций организма.

Нежирное мясо и птица: курица, индейка, говядина – отличные источники белка.

Рыба богата омега-3 жирными кислотами, которые полезны для сердца и мозга.

Молочные продукты: творог, йогурт, кефир – источники кальция и белка.

Бобовые: чечевица, фасоль, горох – отличные источники растительного белка.

Правильные напитки

В жару особенно важно поддерживать водный баланс организма.

Вода – самый лучший напиток для утоления жажды.

Зеленый чай содержит антиоксиданты и обладает тонизирующим эффектом.

Морсы и компоты, приготовленные из свежих ягод и фруктов, не только утоляют жажду, но и насыщают организм витаминами.

Домашний лимонад, приготовленный из лимона, мяты и воды, отлично освежает

РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

Для создания крепкой, верной и здоровой семьи

21 февраля проводится День профилактики инфекций, передающихся половым путем. Об их профилактике рассказывает Виктория Кохановская, заведующий отделением общественного здоровья Речицкого ЗЦГЭ.

Инфекции, передающиеся половым путем, или ИППП, несут тяжелые последствия для здоровья заболевших и оказывают пагубное влияние на репродуктивное здоровье, которое является важнейшей частью общего здоровья человека.

Очень важными аспектами правильного формирования репродуктивного здоровья являются воспитание у подрастающего поколения ответственного поведения, целому молодежи к созд здоровой семьи.

Самыми надежными способами защиты от ИППП являются:

- обоюдная супружеская верность, моральная чистота, недопущение слишком раннего начала половой жизни вне брака;
- сокращение до минимума числа сексуальных партнеров;
- избегание случайных половых контактов;
- применение при половых связях средства индивидуальной

ния. Отсутствие лечения и самолечение приводят к развитию хронического течения болезни, поражению различных органов и систем, а также чревато развитием бесплодия.

В рамках Дня профилактики ИППП **21 февраля будут работать прямые линии. На ваши вопросы ответят:**

- с 10.00 до 11.00 по теме профилактики ВИЧ-инфекции **по телефону 9-91-65** заведующий отделом эпидемиологии ГУ «Речицкий ЗЦГЭ» **Алина Петровна ВЕРЕМЕЙЧИКОВА;**

- с 11.00 до 12.00 по телефону 6-53-93 заведующий

РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

ХОДЬБА – простой и эффективный способ поддержания здоровья

В современном мире, где сидячий образ жизни становится всё более распространенным, мы часто ищем сложные и дорогие способы поддержания здоровья. Однако зачастую самое эффективное решение находится прямо под нашими ногами – это ходьба.

Заведующий отделением общественного здоровья Речицкого ЗЦГЭ Виктория Кохановская рассказывает сегодня о преимуществах ходьбы.

Ходьба – это простой, доступный и невероятно полезный вид активности, который может значительно улучшить ваше физическое и психическое здоровье.

Основные преимущества ходьбы

Укрепляет работу сердечно-сосудистой системы. Регулярные прогулки – это кардиотренировка, укрепляющая сердечную мышцу, снижающая артериальное давление и нормализующая уровень холестерина. Ходьба помогает предотвратить образование холестериновых бляшек, снижая риск сердечно-сосудистых заболеваний, таких как инфаркт, инсульт и атеросклероз.

Контроль веса. Регулярная ходьба помогает сжигать калории, ускоряет метаболизм и поддерживает здоровый вес.

Улучшение настроения и снижение стресса. Ходьба стимулирует выработку эндорфинов, которые улучшают настроение, снижают уровень стресса и тревожности. Прогулка на свежем воздухе – это отличный способ развеяться, отвлечься от проблем и получить заряд положительных эмоций.

Улучшение сна. Регулярная ходьба помогает нормализовать сон, улучшить его качество и продолжительность.

Улучшение пищеварения. Ходьба стимулирует работу кишечника и способствует лучшему пищеварению.

Улучшение когнитивных функций. Ходьба улучшает кровообращение в мозге, что положительно сказывается на когнитивных функциях, таких как память, внимание и концентрация. Регулярные прогулки по- ть ясный ум и предотвратить возрастные изменения

дьбу в свой распорядок дня проще, чем кажется.
алого: не стремитесь сразу к большим дистанциям. На- х прогулок по 15–20 минут и постепенно увеличивайте вность.
ходьбу в удовольствие: слушайте любимую музыку, подкасты во время прогулки.
панию: гуляйте с друзьями, семьей или коллегами. Со- лки делают процесс более приятным и мотивирующим.
е ходьбу в повседневную жизнь: ходите пешком на ра- или школу. Используйте лестницу вместо лифта.
шагомер или фитнес-трекер: отслеживайте свою ак- те цели по количеству шагов в день.
вь природой: гуляйте в парках, скверах, лесах или слаждайтесь красотой окружающего мира и дышите м.
кно ходить?
ации Всемирной организации здравоохранения ходить менее 150 минут в неделю с умеренной скоростью (на- я ходьба). Вы можете разделить это время на несколь- чение дня.

РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

Ответственность каждого – здоровье всех

На базе Речицкого государственного аграрного колледжа прошёл круглый стол «Здоровый город: ответственность каждого – здоровье всех!».

Как рассказала заведующий отделением общественного здоровья Речицкого ЗЦГЭ Виктория Кохановская, данное мероприятие стало важной площадкой для обсуждения вопросов сохранения репродуктивного здоровья молодёжи и повышения осведомленности о путях передачи, профилактике и последствиях ИППП.

В работе круглого стола приняли участие: помощник врача-эпидемиолога ЗЦГЭ Ольга Кизик, врач акушер-гинеколог женской консультации ЦРБ Юлия Протасовицкая, председатель районной организации Белорусского общества Красного Креста Ирина Болачкова, заведующий отделением общественного здоровья ЗЦГЭ Виктория Кох ановская.

Обсуждение велось в открытой и доверительной атмосфере, что позволило участникам без стеснения задавать вопросы.

Подготовила Ирина ДАРЬИНА

РЕЧИЦА – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД

Необходимость употребления молочн продуктов для пожилых людей

● **Поддержка иммунитета.** У пожилых людей иммунитет ослаблен, поэтому молочные продукты могут способствовать его укреплению.

● **Профилактика остеопороза.** С возрастом риск развития остеопороза увеличивается, поэтому потребление молочных продуктов особенно важно для сохранения костной массы.

● **Улучшение настроения.** Некоторые исследования показывают, что употребление молочных продуктов может снизить риск развития депрессии.

За 2025 год в рубрике опубликовано 11 статей

ШКОЛА - ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ







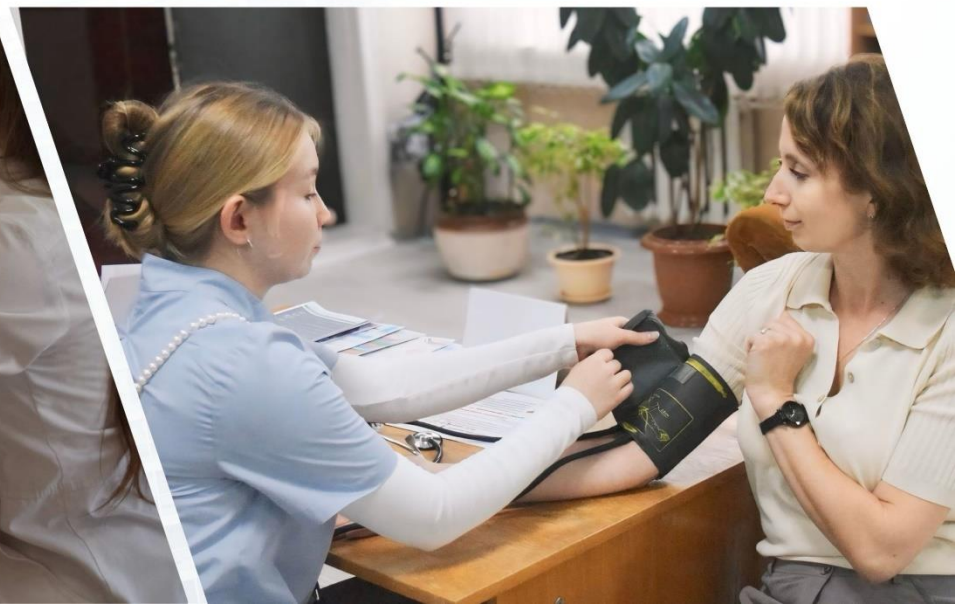




ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ АКЦИИ «КОНТРОЛИРУЕМ ДАВЛЕНИЕ – ПРОДЛЕВАЕМ ЖИЗНЬ»

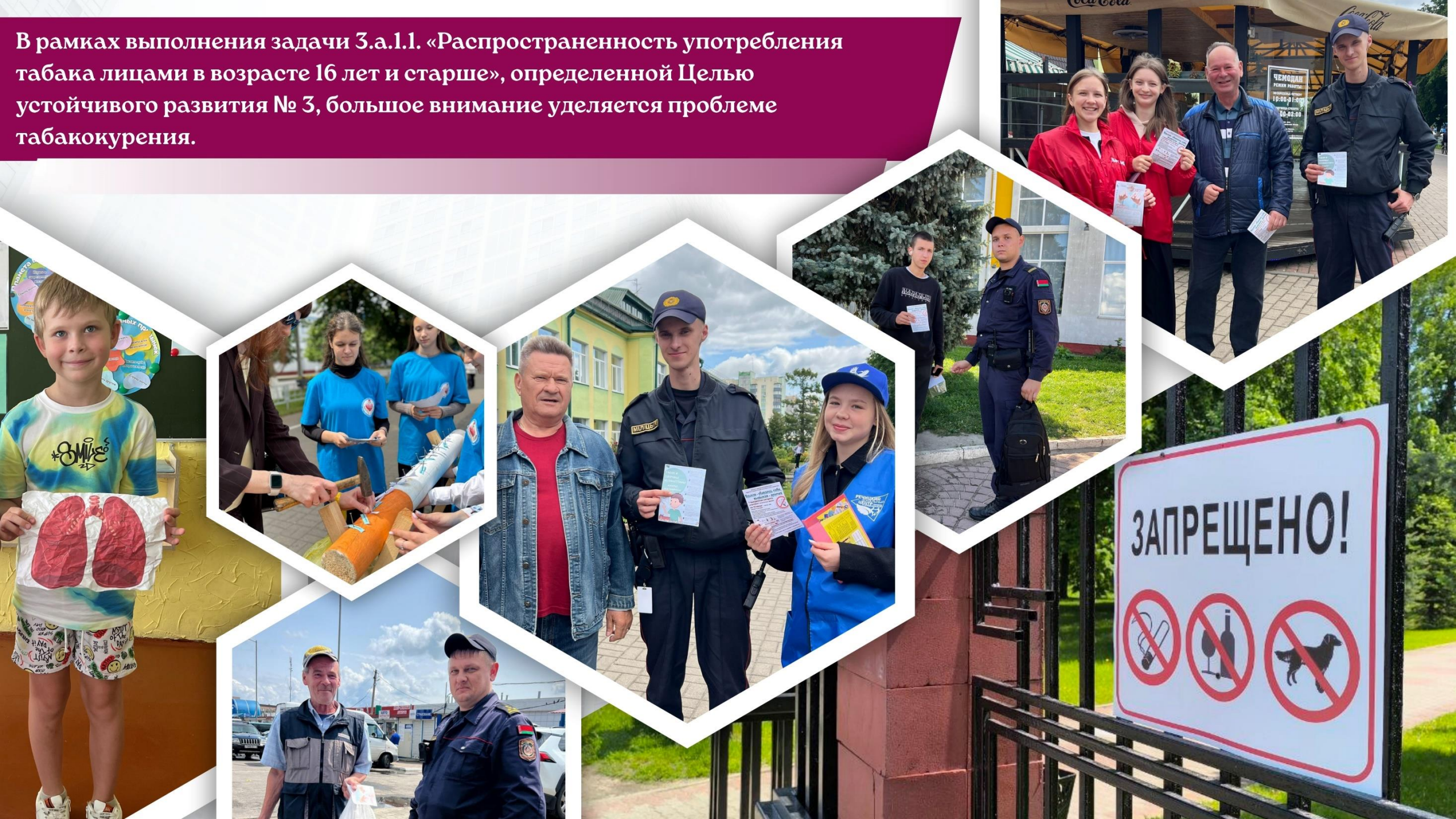








В рамках выполнения задачи 3.а.1.1. «Распространенность употребления табака лицами в возрасте 16 лет и старше», определенной Целью устойчивого развития № 3, большое внимание уделяется проблеме табакокурения.



Мероприятия по формированию здорового образа жизни



Формирование культуры безопасного поведения



Взаимодействие со СМИ











За 2025 год проведено 2 «круглых стола» («Здоровый город: вместе за здоровую и крепкую семью», приуроченный к Международному дню семьи и «Здоровый город: Ответственность каждого – здоровье всех!», приуроченный к дню профилактики ИППП)

Активное долголетие











На базе спортивного комплекса «Гармония» отдела спорта и туризма Речицкого районного исполнительного комитета 2 раза в неделю проходят занятия по фитнесу в группе 55+

Клуб «Образ жизни», кружок хорового пения «Ивушки», клуб «Оздоровительное плавание», клуб «Собеседник», клуб «Хозяюшка»

СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Папа, мама, я - футбольная семья!



Молодость.Спорт.Семья



Катание на коньках



Районный велопробег



Чемпионат по колке дров «Рабі, як бацька»







Благоустройство



Озеленение



ЗДОРОВОЕ ГОРОДСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ



Безбарьерная среда





ЗДОРОВЬЕ ЧЕРЕЗ ХЛЕБ

НА БАЗЕ ФИЛИАЛ «РЕЧИЦКИЙ ХЛЕБОЗАВОД»
ОАО «ГОМЕЛЬХЛЕБПРОМ»

Речицким хлебозаводом филиала «Гомельхлебпром» размещена официальная эмблема Проекта на изготавливаемой и реализуемой ими пищевой продукции профилактической направленности (хлебец «Светлогорский» отрубной, хлебец «Новоречицкий» диетический, хлеб «Радзімічскі» особый)

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Реализуются в достаточном ассортименте продукты профилактического действия. В целом в городе 83% объектов продовольственной торговли имеют отделы здорового питания

Популяризация профилактического проекта «Здоровые города и поселки»





Оформление тематической остановки, размещение эмблемы Проекта в зонах, где представлены продукты здорового и профилактического питания, а также на входных группах магазинов.
Изготовление промо-продукции «Шаг за шагом к здоровому городу»


СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!
ЗДОРОВЫЕ
ГОРОДА И ПОСЕЛКИ