

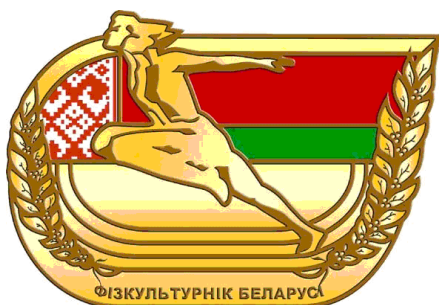


МОЛОДЕЖКА

27.05.2017г. №14



ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ, ИЛИ КАК СТАТЬ ОТЛИЧНИКОМ ФИЗКУЛЬТУРЫ



Прыжок в длину с места, наклон вперед, поднимание туловища из положения лежа на спине на время, подтягивание на перекладине, челночный бег, бег — таков современный перечень **нормативов, которые в рамках Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь сдавали работники нашего филиала**, активные участники спортивных мероприятий, 19 мая на **Дне здоровья**.

Цель Комплекса – развитие физической культуры и спорта, оздоровление и физическое воспитание населения, формирование здорового образа жизни. Этот комплекс похож на нормативы ГТО, которые были в Советском Союзе с 1931 по 1991 год и охватывали население от 10 до 60 лет.

В современных нормах ГТО нет некоторых пунктов, которые обязательными были при сдаче советских норм. Например, не надо метать гранату на 32 метра, стрелять из малокалиберной винтовки, нет 20-километрового туристического похода. Вместо бега на 60 метров сейчас бег на 30 метров. Вместо 10 отжиманий от пола - 11 подтягиваний на перекладине, что намного сложнее. И прыгать в длину нынешним мужчинам придется на 2,1 м, это на 20 см больше, чем советским.

Современный комплекс состоит из 6 ступеней, дифференцированных по различным возрастным группам граждан от 6 до 59 лет и старше:

- «Олимпийские надежды» для детей 7 – 10 лет;
- «Спортивная смена» для детей 11 – 16 лет;



- «Физическое совершенство» для девушек и юношей 17 – 18 лет;
- «Здоровье, сила и красота» для граждан 19-22 года;
- «Здоровье и красота» для граждан 23–29 лет, 30–39 лет, 40–49 лет;
- «Движение, здоровье и долголетие» для граждан 50–59 лет и старше.

Активистам спортивного движения, выполнившим нормативы, предусмотренные комплексом, при условии получения оценки по каждому нормативу не ниже 9 баллов, выдается нагрудный значок с удостоверением.

НАГРУДНЫЕ ЗНАЧКИ:

- «Олимпийские надежды» для детей 8 - 10 лет;
- «Спортивная смена» от 11 до 16 лет;
- «Физкультурник Беларуси» от 16 и старше.

В рамках второго этапа спартакиады Гродненского обкома отраслевого профсоюза прошли соревнования по шахматам и бильярду. В интеллектуальной игре (шахматы) отличились лучшими результатами Скерсь Антон и Савосько Светлана, занявшие 3 место; свои



навыки и сноровку в бильярде показали Синкевич Виталий и Бурда Александр.

В первенстве Ленинского района по футболу приняла участие сборная команда нашего филиала и заняла призовое 3 место.



26 мая Молодежный совет Гродненского обкома профсоюза предоставил возможность молодым работникам предприятий строительного комплекса области окунуться в процесс динамичной и увлекательной игры в боулинг и проявить свой спортивно-игровой потенциал. Адреналин, азарт, желание показать прекрасный результат не давали игрокам 10 команд расслабиться ни на минуту и наилучшим образом мотивировали участников к победе. В тройку сильнейших вошла команда ОАО «Красносельскстройматериалы». Боулинг дает возможность развивать меткость, ловкость и силу. Но это не просто интересное соревнование,



а всегда яркие

впечатления, великолепный вид отдыха.

В БЕЛАРУСИ СТАРТОВАЛА ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АКЦИЯ «БЕЛАРУСЬ ПРОТИВ ТАБАКА»



Здоровый образ жизни подразумевает не только регулярные занятия спортом и правильное питание, но и отказ от вредных привычек, среди которых лидирующее место

принадлежит курению: согласно статистике в Беларуси курит около трети населения. И хотя число курильщиков медленно, но верно снижается, проблема потребления табака по-прежнему остается актуальной. Так, ежегодно в результате употребления табака в мире умирает около 6 миллионов человек, и если не активизировать усилия по профилактике потребления табачных изделий, то согласно прогнозам к 2030 г. этот показатель превысит 8 миллионов человек в год.

С 12 по 31 мая в Республике Беларусь

проводится информационно-образовательная акция «Беларусь против табака» ПОД ДЕВИЗОМ «ТАБАК – УГРОЗА ДЛЯ РАЗВИТИЯ».

Организатор мероприятия -- Министерство здравоохранения Республики Беларусь.

Цель акции - повысить уровень знания населения о негативных последствиях, вызываемых потреблением табачных изделий не только для здоровья граждан, но и для национальной экономики; формирование у гражданского общества поддержки мер, направленных на борьбу с потреблением табака в соответствии с положениями Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака.

В рамках акции запланировано проведение пресс-конференций и «круглых столов», выступлений в СМИ по вопросам профилактики табакокурения с привлечением представителей организаций здравоохранения, учреждений образования, культуры, спорта и туризма, правоохранительных органов, общественных организаций; дней открытой информации, консультирования населения в учреждениях здравоохранения республики по вопросам профилактики табакокурения, в т.ч.



использование «телефонов доверия» для оказания консультативной помощи.

Министерством здравоохранения инициировано проведение в органах государственного

управления и подведомственных им организациях информационно-образовательных мероприятий в рамках республиканской акции «Беларусь против табака».

К МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ ПАМЯТИ ЛЮДЕЙ, УМЕРШИХ ОТ СПИДА – 21 МАЯ 2017 ГОДА

Международный День памяти людей, умерших от СПИДа, впервые отмечен в

календаре в 1983 году и был обозначен как Всемирный день памяти жертв СПИДа. В настоящее время это определение, как и фраза «СПИД – чума XX/ XXI века» осталось наследием начала эпидемии СПИДа, когда люди не знали путей передачи ВИЧ-инфекции, а болезнь считалась фатальным приговором.

СЕГОДНЯ МЫ ЗНАЕМ, ЧТО:

1. С ВИЧ можно сохранить качество жизни при условии соблюдения рекомендаций врачей и правил безопасного поведения, благодаря появившимся возможностям антиретровирусной терапии.

Призыв: *Пройдите тест на ВИЧ, узнайте свой ВИЧ-статус! Важно понимать, что, несмотря на то, что человек не является представителем общеизвестных групп высокого риска, он по тем или иным причинам может быть инфицирован ВИЧ и долгое время даже не*



догадываться об этом. Своевременное выявление вируса дает возможность бороться за качество жизни каждого отдельно взятого человека.

2. Главное оружие против ВИЧ – любовь и верность!

Призыв: *Любите жизнь! Не подвергайте себя малодушию и невежеству. Помните, что один неправильный шаг может стоить и вашей жизни, и жизни сотен других близких и дорогих Вам людей!*

3. СПИД не передается через дружбу: при объятиях, поцелуях, купании в бассейне, пользовании общими школьными принадлежностями, посудой, спортивным инвентарем.

Призыв: *Оставайтесь людьми! Не вешайте на ярлыки из-за незнания и страха. Ведь жертвами дискриминации становятся люди, которые нуждаются в помощи и поддержке.*

Символами движения против СПИДа традиционно считаются красная ленточка, приколотая к одежде, разноцветные полотна — квилты, сшитые из лоскутков ткани в память о множестве людей, ушедших из жизни. Эти атрибуты придумал в 1991 году художник Фрэнк Мур. И в настоящее время активисты движения против СПИДа и просто неравнодушные люди прикрепляют к своей одежде красные ленточки. Согласно статистке

Всемирной ассоциации здравоохранения, на планете живет более 42 миллионов человек, инфицированных вирусом иммунодефицита (ВИЧ), и каждый день эта цифра увеличивается еще на 14–15 тысяч. Большинство ВИЧ-инфицированных — молодые люди в возрасте до 30 лет. За 30 лет эпидемии в мире от СПИДа умерло около 25 миллионов человек. В Беларуси в настоящее время более 17 тысяч людей живут с ВИЧ, за весь период наблюдения (с 1987 года) в нашей стране от болезней, связанных с ВИЧ/СПИДом умерло 5079 человек, в т.ч. в стадии СПИДа – 2889 человек. Ежегодно в стране выявляется более 1,5 тысяч новых случаев. В последние годы превалирует половой путь передачи ВИЧ – более 70% случаев; в структуре заболевших из каждых 10 человек – 7 мужчин.

В 2017 году девизом Дня памяти стал призыв «Остановим СПИД вместе»,

предлагающий присоединиться к массовому движению по всему миру и положить конец эпидемии ВИЧ-инфекции. Кампания против СПИДа призывает к содействию в участии в этом движении, сокращению стигмы в отношении людей, живущих с ВИЧ, обеспечению доступа к профилактическим и информационным ресурсам.

В третье воскресенье мая (21.05.2017 года) во многих странах прошли массовые акции, объединенные идеей памяти о людях, умерших от СПИДа, ради сохранения возможностей ныне живущих.

В эти дни в нашей стране во многих храмах состоятся панихиды и зажгутся свечи в память об умерших.



В течение мая во всех регионах страны были проведены тематические мероприятия: акции, флешмобы, дискуссионные, информационные программы, лекции, викторины, выставки. Для содействия успешной профилактике ВИЧ/СПИДа необходимо уделять должное внимание достоверной информации по данной проблеме и предоставление возможности своевременного тестирования на ВИЧ. Проверенным и надежным источником информации в международном формате является ЮНЭЙДС, национальным источником – Министерство здравоохранения Республики Беларусь. Вся последняя информация из этих источников