



ПРАВИТЕЛЬСТВО
ВОРОНЕЖСКОЙ
ОБЛАСТИ



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОЕКТА «ЖИВИ ДОЛГО!»



ПРАВИТЕЛЬСТВО
ВОРОНЕЖСКОЙ
ОБЛАСТИ



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ

Областной межведомственный проект «ЖИВИ ДОЛГО!»



Своевременно
обращайся
за медицинской
помощью:

- при плохом
самочувствии
- с профилактической
целью



Питайся
правильно!



Двигайся
больше!



Полноценно
отдыхай!

Заботься о себе и близких

Департамент здравоохранения Воронежской области
АУЗ ВО «Воронежский областной клинический консультативно-диагностический центр»



**Методические рекомендации подготовлены
для использования в учреждениях здравоохранения Воронежской области
и организациях других ведомств**

Координатором Проекта главным врачом АУЗ ВО «ВОККДЦ» Образцовой Е.Е.
Заведующей ДОЦОЗ АУЗ ВО «ВОККДЦ» Черных О.Н.

Воронеж
2015



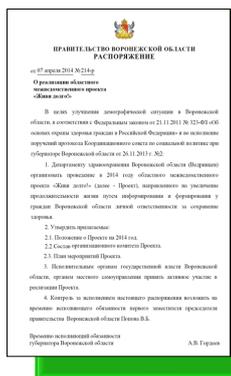
Настоящие рекомендации разработаны в качестве ориентира по организации отдельных мероприятий областного межведомственного проекта «Живи долго!» (далее – Проект) и могут быть дополнены либо скорректированы с учетом индивидуальных условий и особенностей медицинских организаций и муниципальных районов.

При реализации Проекта необходимо придерживаться концепции Проекта, утвержденной распоряжением правительства Воронежской области от 30 марта 2015 г. № 176-р, приказов департамента здравоохранения Воронежской области о реализации Проекта:

1. приказ ДЗ ВО от 18.03.2014 № 538 «О проведении областного межведомственного проекта «Живи долго!»;
2. приказ ДЗ ВО от 08.07.2014 № 1487 «О проведении акции «Давление под контролем»;
3. приказ ДЗ ВО от 19.09.2014 № 2053 «О реализации отдельных мероприятий областного межведомственного проекта «Живи долго!»;
4. приказ ДЗ ВО от 03.10.2014 № 2153 «О создании справочной службы «Единая справочная здоровья»;
5. приказ ДЗ ВО от 09.12.2014 № 2705 «О проведении акции «Зарядка с чемпионом»;
6. приказ ДЗ ВО от 04.03.2015 № 366 «О проведении совместной работы по оздоровлению населения на базе физкультурно-оздоровительных комплексов».



Для организации системной работы в медицинской организации в рамках реализации Проекта приказом главного врача должны быть определены:



- ◆ Ответственное лицо за реализацию проекта в медицинской организации.
- ◆ Состав рабочей группы медицинской организации.
- ◆ План мероприятий на год по реализации Проекта.
- ◆ Критерии оценки деятельности структурных подразделений, наиболее активно участвующих в реализации Проекта.
- ◆ Лица, ответственные за взаимодействие с иными организациями (учреждениями физкультуры и спорта, образования, Епархией, бизнес-структурами), расположенными на прикреплённой территории.



Логотип

При проведении всех мероприятий рекомендуется использовать логотип Проекта (голубой знак «90»), который можно скачать на сайте Проекта. Логотип символизирует пожелание достичь и превзойти возраст 90 лет, при достижении которого человек переходит в категорию долгожителя.

Логотип Проекта необходимо использовать:

- 1) при проведении всех мероприятий в рамках проекта;
- 2) при изготовлении информационных материалов на титульном листе:
 - буклеты, лифлеты, блокноты, анкеты, календари, статьи в газетах;
- 3) на различных формах одежды и аксессуарах, используемых как при проведении мероприятий, так и в повседневной жизни;
 - футболках, жилетках, платках, кепках, банданах, сумках, пакетах, флагах и пр.;
- 4) для размещения в учреждениях физкультуры и спорта:
 - каток-лёд, футбольное поле, на ограждении, на табло при проведении спортивных мероприятий, в спортивных залах в виде рисунка на стенах, полу, на номерах спортивных мероприятий при проведении соревнований;
- 5) для размещения в учреждениях образования:
 - ручки, наклейки на обложках (учебники, тетради).
- 6) для размещения в учреждениях питания:
 - салфетки, меню.
- 7) На входе в Епархиальное управление, Храмы.



Взаимодействие с администрацией района

При реализации Проекта рекомендуется взаимодействовать с районной администрацией по следующим вопросам:

1. Подготовка распоряжения главы администрации о реализации Проекта на территории района. Этим же распоряжением целесообразно утвердить состав межведомственной рабочей группы и план мероприятий на текущий год.
2. Регулярное обсуждение хода реализации Проекта и вопросов улучшения демографических показателей на заседаниях районной администрации, совета депутатов.
3. Привлечение администрации района к повышению охвата населения профилактическими осмотрами, диспансеризацией, посещениями центров здоровья и иными формами профилактических мероприятий.
4. Акция среди сотрудников администрации «Начнем с себя!» (профосмотр, посещение центра здоровья и др.).
5. Решение вопроса о выделении в районных СМИ установленного времени (страниц) для размещения материалов по теме Проекта.
6. Вовлечение в Проект организаций различных форм собственности, бизнес-структур. Организация между ними конкурсов на лучшую организацию работы по охране здоровья сотрудников.
7. Содействие вовлечению в Проект общественных организаций района.
8. Активное привлечение профсоюзного движения.
9. Решение транспортных вопросов для повышения доступности медицинской помощи.
10. Установление различных мер социально-экономической поддержки работодателей, принимающих активные меры по охране здоровья сотрудников.
11. Проведение различных праздников, акций и мероприятий на темы сохранения здоровья (в дни города / района, День победы, 1 июня и др.)
12. Организация районных конкурсов среди различных контингентов населения на темы сохранения здоровья (фотографий, рисунков, художественной самодеятельности, сочинений и др).
13. Активная поддержка аттестации на статус «Территория здоровья»



Информационные мероприятия



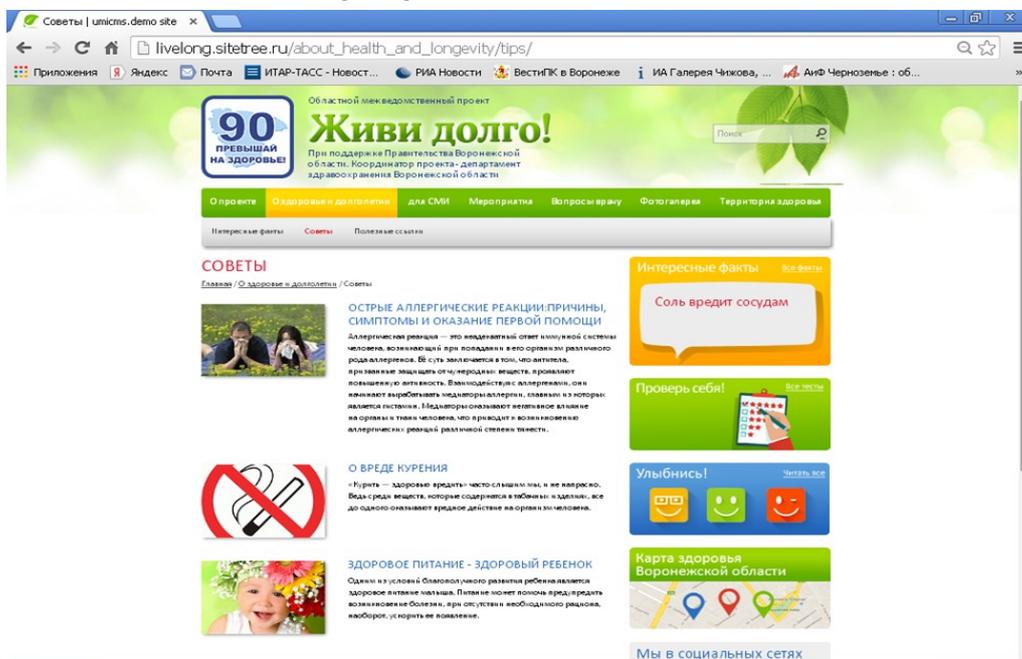
1. Оформление стендов «Живи долго!».

Рекомендуемые разделы:

- О проекте «Живи долго!»;
 - Структура здравоохранения района, города, области;
 - Куда обращаться за медицинской помощью (профилактической, экстренной);
- Интересные факты о долголетию;
 - Основные факторы риска развития заболеваний и смерти;
 - Статистика заболеваемости и смертности по району и области;
 - Полезные советы по сохранению здоровья;
 - При каких состояниях необходимо срочно обращаться за медицинской помощью.
2. Размещение страницы Проекта на сайте медицинской организации, где рекомендуется освещать проводимые мероприятия, а также выкладывать полезные советы по сохранению и укреплению здоровья, публикации в СМИ и др.
3. Регулярное предоставление информационного материала для размещения на сайте Проекта.
4. Размещение на сайте медицинской организации ссылки на сайт Проекта «Живи долго!» (www.zhividolgo36.ru).
5. Издание просветительской печатной продукции для населения (буклеты, флаеры и др.).
- Для печати могут быть использованы макеты и содержание буклетов, размещенных на сайте Проекта, либо предоставленные Областным центром медицинской профилактики или ДООЗ Воронежского областного клинического консультативно-диагностического центра.
6. Издание и распространение анкет для самовыявления жителями ранних форм различных заболеваний (онкозаболеваний, инсульта, сахарного диабета, урологических заболеваний и др.) – размещены и доступны для скачивания на сайте Проекта.
7. Формирование «актива долгожителей» и распространение их опыта как примера (встречи, размещение интервью с ними на сайте, в СМИ).
8. Формирование актива известных лиц, заботящихся о своем здоровье «Внимательные к здоровью – успешные в жизни».
9. Проведение тематических акций (профилактика онкопатологии, инсультов и т.д.)
10. Любые другие формы информирования населения об имеющихся в районе возможностях по сохранению и укреплению здоровья.



Пример стенда «Живи долго!»



Сайт Проекта «Живи долго!»

Взаимодействие с населением

1. «Дни здоровья» на территории медицинских организаций
2. «Субботники здоровья» - организация рабочих суббот (не менее одной в месяц) для проведения диспансеризации и профосмотров работающих граждан
3. Обучение навыкам первой помощи - с привлечением аккредитованных организаций (КУЗ ВО «ВОКЦМК» ВГМУ им. Н.Н. Бурденко кафедра скорой медицинской помощи ИДПО, АНО ДО "Межрегиональная школа первой помощи")
4. «Лекторий здоровья» - лекции на популярные темы о здоровье в дни праздников или в отдельно установленные дни.



**«Осенний день здоровья» в АУЗ
ВО «ВОКЦДЦ»**



Обучение навыкам оказания первой помощи



Взаимодействие с работодателями

1. Информирование работников о принципах здорового питания и его роли в сохранении здоровья и продлении жизни.
2. Оформление в учреждениях «Уголка здоровья».
3. Проведение различных профилактических мероприятий, в том числе тематических с работниками, в том числе с выездом на территорию предприятия, учреждения.
4. Аттестация на статус «Территория здоровья».
5. Проведение соревнований между учреждениями (например - сдача норм ГТО).



«Начнем с себя!»

Мероприятия по сохранению здоровья сотрудников медицинских организаций районных администраций:

1. Посещение Центров здоровья сотрудниками медицинских организаций районных администраций
2. Регулярные профосмотры сотрудников медицинских организаций районных администраций
3. Занятия в спортивных клубах секциях
4. Организация в медицинских организациях регулярных физкультурных занятий танцевальных классов музыкальных коллективов
5. Организация психологической разгрузки медицинских работников
6. Проведение конкурсов между подразделениями медицинской организации на лучшую работу по реализации Проекта
7. Конкурсы рецептов блюд здорового питания от медицинских работников

Взаимодействие с учреждениями физкультуры и спорта



1. Организация системной работы по оздоровлению населения на ФОКах.
2. Проведение зарядки в парках, скверах
3. Организация спортивных праздников населения
4. Вовлечение в Проект частных фитнес - организаций, секций, клубов.
5. Флэш - mobs.

6. Регулярные пешие прогулки населения в сопровождении медиков спортсменов («Прогулка здоровья» «Прогулка с врачом»)

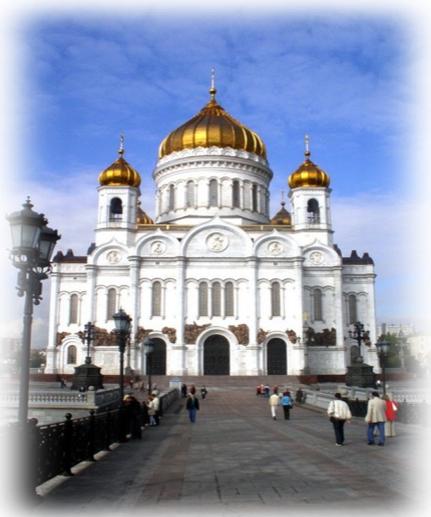


Сотрудничество с учреждениями образования



1. Образовательные мероприятия для детей, родителей, педагогов по теме активного долголетия и формированию ЗОЖ.
2. Организация в детских коллективах праздников, викторин, иных мероприятий по теме Проекта.
3. Проведение в детских дошкольных учреждениях, школах, вузах, конкурсов на лучшие фото о семьях, ведущих здоровый образ жизни.
4. Конкурсы среди детей на лучший рисунок, сочинение, стихотворение и т.п. на темы сохранения здоровья.
5. Участие в разработке образовательными учреждениями Программ по содействию укреплению здоровья подрастающего поколения и внедрению здоровьесберегающих технологий в учебный процесс.
6. Обеспечение школьников и их родителей, педагогического и медицинского персонала СОШ информационно-методической литературой, буклетами и т.д. по пропаганде здорового образа жизни в детско-подростковой среде и профилактике злоупотребления ПАВ
7. Информационно-просветительские акции, направленные на стимулирование посещения Центров здоровья, прохождения диспансеризации, профосмотров.





Взаимодействие с Епархией и религиозными организациями

1. Проведение совместных мероприятий в дни религиозных праздников, периоды поста.
2. Адресная работа с социально незащищенными слоями населения, личностями, ведущими нездоровый образ жизни.
3. Размещение информации (способы сохранения здоровья, адреса и телефоны медицинских организаций и другая полезная информация) на стендах у входа в храмы, на сайтах прихода, в церковных газетах и др.
4. Беседы священников с прихожанами о важности сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни, укрепления семейных ценностей.
5. Создание и продвижение «постного» меню от жен священников

Сотрудничество с учреждениями питания



1. Информирование населения о принципах правильного питания и его роли в сохранении здоровья и продлении жизни.
2. Проведение дегустаций продуктов здорового питания, соревнований и конкурсов между организациями общественного питания.
3. Мастер-классы поваров ресторанов и кафе для населения по приготовлению блюд здорового питания.



Вовлечение в проект волонтеров

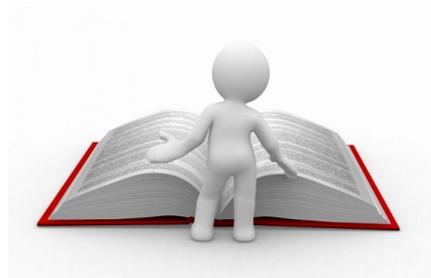


- ◆ студенты,
- ◆ активная молодежь,
- ◆ члены общественных организаций (женсовет и др.)
- ◆ жители района—приверженцы ЗОЖ



Другое

Взаимодействие с книжными магазинами по организации специальных уголков «Живи долго!» - книги о здоровье, питании, физкультуре и спорте, психологии, умении быть счастливым и др.



Контакты:

Департамент здравоохранения Воронежской области

394036, г. Воронеж, ул. Никитинская, д. 5,

Отдел скорой и первичной медико-санитарной помощи

+7 (473) 212-71-75

Отдел оказания лечебно-профилактической помощи матерям и детям

+7 (473) 253-14-18

Пресс-служба (э/а - zhivi-dolgo@mail.ru)

+7 (473) 259-36-47

БУЗ ВО «Воронежский областной клинический центр медицинской профилактики»

394026, г. Воронеж, ул. Варейкиса, д. 70,

+7 (473) 278-57-98

АУЗ ВО «Воронежский областной клинический консультативно-диагностический центр»

394018, г. Воронеж, пл. Ленина, д. 5а,

+7 (473) 259-30-78

Сайт областного межведомственного проекта «Живи долго!»

<http://zhividolgo36.ru/>

ДОЦОЗ
АУЗ ВО «ВОККДЦ»
Воронеж
2015