



**ШКОЛА
«ВОЛОНТЕРЫ
ЗОЖ»**

4 марта – 29 апреля 2021г.

Школа «Волонтеры ЗОЖ 2.1»

Задачи школы:

1. Подготовка волонтеров для участия в организации и проведении мероприятий в области пропаганды здорового образа жизни.
2. Формирование студенческой команды волонтеров в направлении пропаганды здорового образа жизни.
3. Поддержка студенческих инициатив по профилактике зависимостей и социально значимых заболеваний, пропаганде ценностей здорового образа жизни.
4. Развитие личностных качеств и командных навыков у студентов-волонтеров.



Школа «Волонтеры ЗОЖ 2.1»

Программа подготовки

Дата, время проведения	Место проведения	Наименование мероприятия
4 марта 17.00- 18.30	интернет-платформа по организации видеоконференций Zoom.	Здоровье и образ жизни современной молодежи
11 марта 17.00 – 18.30		Роль волонтера в решении социально обусловленных проблем
18 марта 17.00 – 18.30		Тренинг по профилактике ВИЧ/СПИДа
25 марта 17.00– 18.30		Созависимое поведение: норма или отклонение?
1 апреля 17.00 – 18.30		Интерактивные формы работы волонтера по пропаганде ЗОЖ



Школа «Волонтеры ЗОЖ 2.1»

Программа подготовки

Дата, время проведения	Место проведения	Наименование мероприятия
8 апреля 17.00- 18.30	интернет-платформа по организации видеоконференций Zoom.	Донорство крови и ЗОЖ
15 апреля 17.00 – 18.30		Акция: специфика и методика организации и реализации мероприятия
22 апреля 17.00 – 18.30		Квест как форма мероприятия по пропаганде ЗОЖ
29 апреля 17.00– 18.30		Как спланировать и провести мероприятие по пропаганде ЗОЖ (на примере «Ярмарки здоровья»)



Всеобщая декларация добровольчества

(Амстердам, январь 2001г.)

... добровольчество, как созидательная сила:

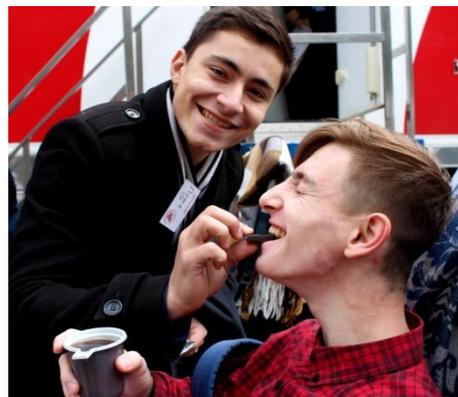
- строит здоровое, устойчивое общество, уважающее достоинство людей;
- помогает людям применять свои права в практической жизни, тем самым улучшать свою жизнь;
- способствует в решении социальных, культурных, экономических, экологических проблем;
- строит более гуманное и справедливое общество посредством всемирного сотрудничества.

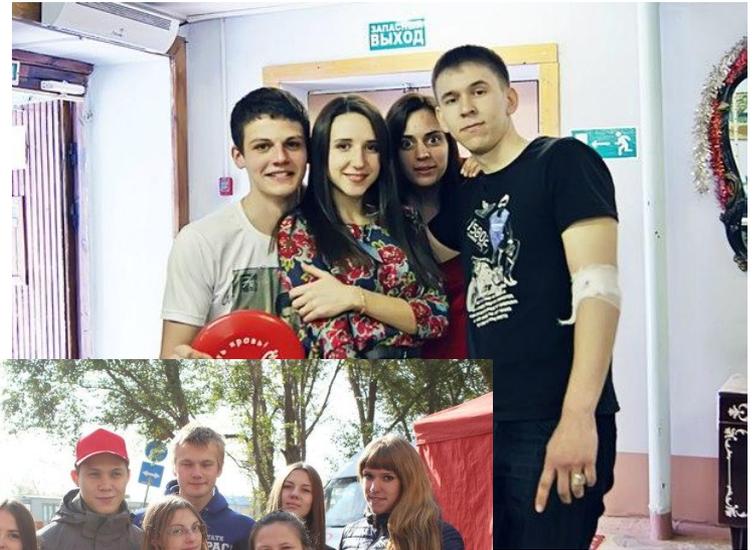


Акция «День донора»

студенческое объединение добровольцев по донорству крови организует мероприятие.

Ежегодно в акции участвует свыше 400 студентов, которые своим добрым делом спасают чью-то жизнь!





ТВО

ТЬ
СТЬ

В

Клуб волонтеров по донорству крови

Координатор группы
Сабанина Анастасия, ИЭУ



<https://vk.com/voldonor>

Акция «Донор-Мороз»



Акция «Белая ромашка»

по профилактике туберкулеза, приурочена ко Всемирному дню борьбы с туберкулёзом.



Профилактическая игра «Просветись»



«Ярмарка здоровья»



«СТОП ВИЧ/СПИД»



Онлайн-квест «СТОП ВИЧ/СПИД»



Задание 1

Напишите фамилии представленных на фото известных людей.
Что их связывает между собой?



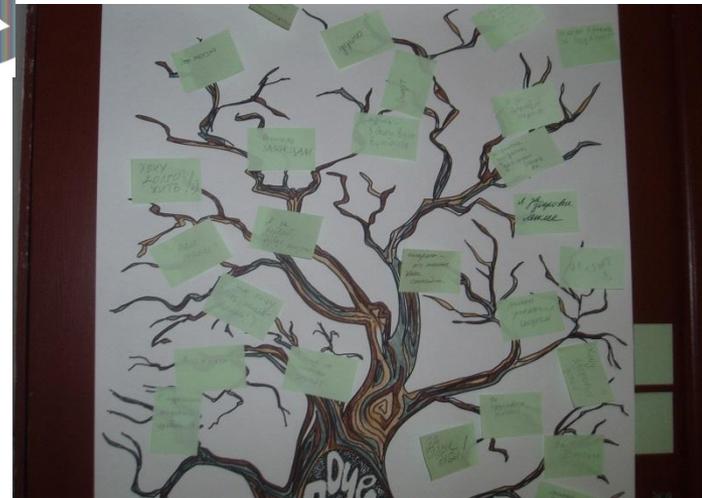
 #СТОП ВИЧ/СПИД



«Добрые крышечки»



«Курить не модно»



Всемирная организация здравоохранения отмечает:

Здоровье населения зависит от ряда факторов:



**Образ жизни – это сознательно совершаемые человеком действия, составляющие привычный уклад его повседневного поведения.
ЗОЖ – это:**

- Совокупность сознательно сформированных привычек, направленных на поддержание и укрепление здоровья и творческого долголетия человека.
- Поведение и мышление человека, обеспечивающее ему охрану и укрепление здоровья.
- Система личной научно-обоснованной профилактики заболеваний.
- Система жизни, обеспечивающая достаточный и оптимальный обмен человека со средой, тем самым позволяющая сохранить свое здоровье на безопасном уровне.



Здоровый образ жизни не дань моде, а позиция успешного человека

- Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаляющий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Существует три вида здоровья:

Физическое

психическое

нравственное (социальное):



Мы за здоровый образ жизни!



Здоровье-

- важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности, важная предпосылка счастья человека.
- Если у тебя будет здоровье и крепкий иммунитет, у тебя будут силы и возможности для того, чтобы исполнять свои мечты!!!



СИЛЬНЫЙ ИММУНИТЕТ

ЧЕК-ЛИСТ

