



**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.

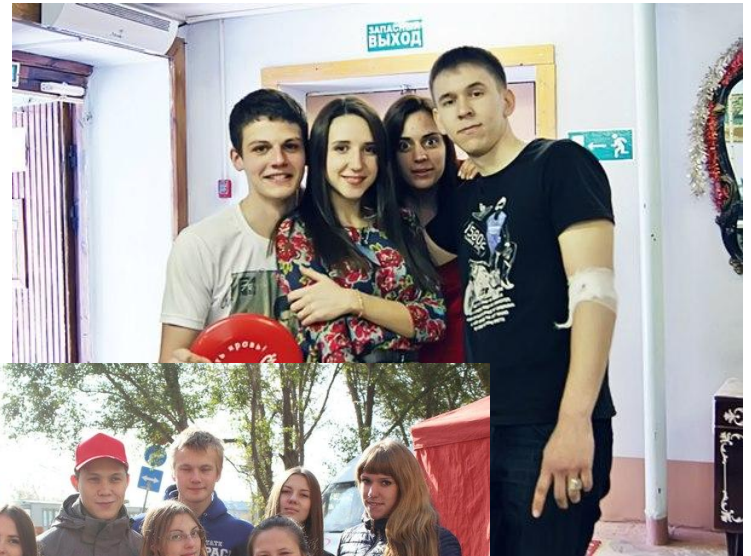


# Акция «День донора»

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>

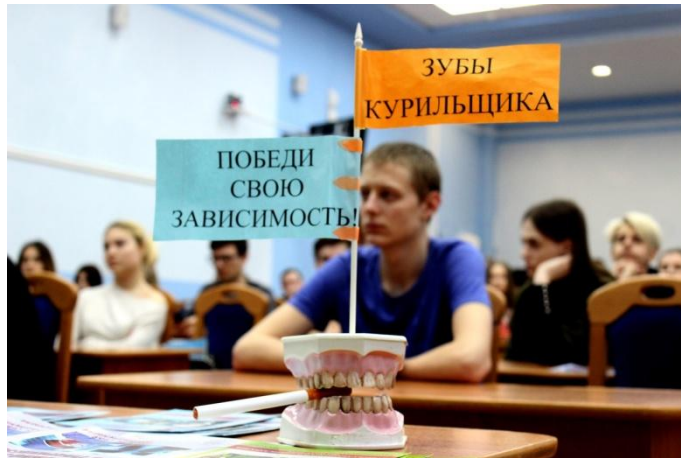


# Акция «Донор-Мороз»



# 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?



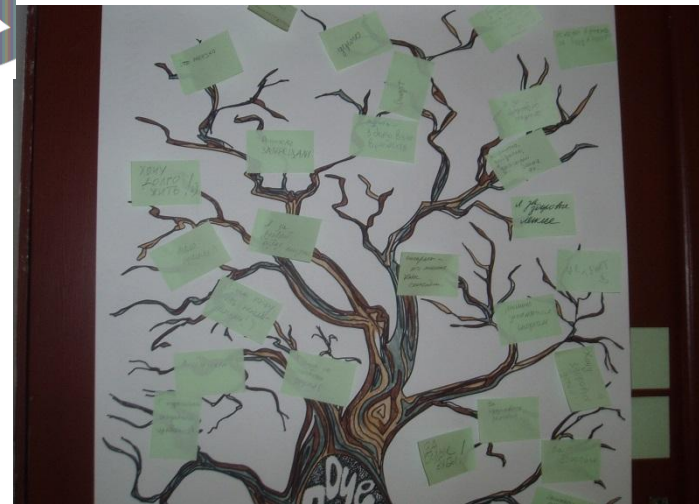
 #СТОП ВИЧ/СПИД



# «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, закаливающий 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

