

7 апреля

Всемирный день здоровья



Здоровье – это та ценность, которой человека наделила природа. Именно от него зависит физическое и моральное состояние, работоспособность и возможность просто радоваться жизни. Но в условиях вечной нехватки времени, стрессов, отсутствия движения, небрежного отношения к своему питанию человек бездумно растрчивает свой потенциал. Добавляет в этот список негативных ноток экологическая обстановка, экономическая нестабильность и проблемы здравоохранения. Для заострения внимания на проблемах здоровья человечества и был создан праздник День здоровья.



Здоровье любого человека всегда стоит в приоритете над другими ценностями. Но не всегда условия жизни, финансовые возможности и место проживания дают возможность его сохранить. Немалую лепту вкладывают в здоровье нации структуры здравоохранения каждого государства. К сожалению, даже сегодня остается немало стран, где услуги медицины недоступны для населения. Остро стоит вопрос об оказании медицинской помощи пострадавшим в военных конфликтах и техногенных катастрофах. Нехватка медикаментов, квалифицированного персонала неизбежно отражается на здоровье граждан. Эти и другие проблемы здравоохранения ежегодно поднимаются во время празднования всемирного дня здоровья.



История праздника

В послевоенные годы остро стояли вопросы восстановления подорванного здоровья как военнослужащих, так и простого народа во многих странах, пострадавших от войны.

Это стало поводом для объединения медиков многих стран во Всемирную Организацию Здравоохранения. Событие датировано 1948 годом, 7 апреля, когда был принят устав организации.

Именно этот день в дальнейшем стал датой празднования Всемирного дня здоровья, который начали отмечать с 1950 года.



Советский Союз вошел в ВОЗ в том же 1948 году и стал полноправным членом. Государством поддерживались все инициативы организации, касающиеся поддержки здоровья нации. Уже после распада Союза каждая молодая страна обновила свое членство.

Совместно со специалистами ВОЗ ученые и медики России решают вопросы глобального масштаба, направленные на борьбу с опасными заболеваниями, эпидемиями. Проводится просветительская и научная работа.

И главное, создаются реальные проекты, которые направлены на оздоровление простых людей. Именно таким проектом стал Всемирный День здоровья.



**Всемирная организация
здравоохранения**

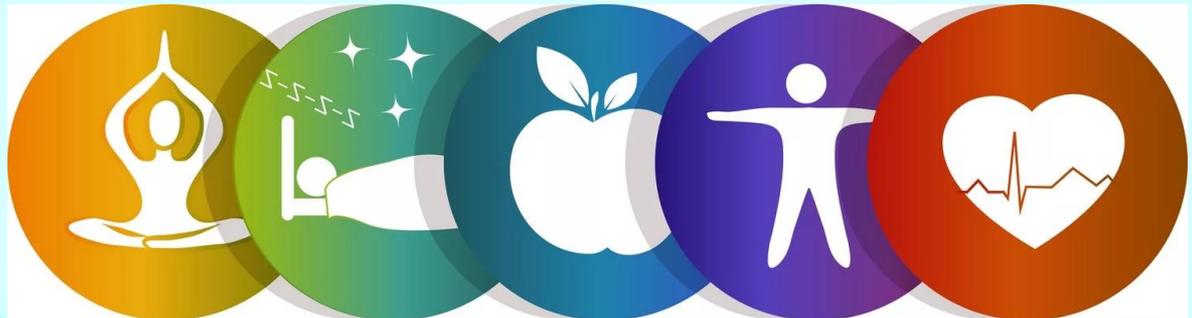
Тематика праздника

Праздник здоровья проводится уже более полувека. Ежегодно выбирается новая тема, которой и посвящаются проводимые мероприятия.

Прежде всего, день имеет пропагандистский характер, так как призван рассказать о необходимости активного образа жизни, правильного питания, своевременной диагностики и лечения.

Так же тематика касается основных проблем здравоохранения в мировом масштабе.

В рамках выбранной тематики организуются мероприятия, которые направлены на донесение информации населению о причинах болезней, способах борьбы с ней и методах профилактики. Поэтому праздник направлен не только на информирования медицинских работников, но, в первую очередь, простых людей.



Особое внимание в этот день уделяется людям с тяжёлыми и неизлечимыми болезнями. И это не только проведение благотворительных акций, но и социальных мероприятий, направленных на поддержку нуждающихся.

Темы всегда выбираются, действительно, животрепещущие и важные для современного общества.

Так, 2011 год был посвящён проблемам антимикробных препаратов. В 2012 году рассматривалась связь старения и здоровья. 2013 год был посвящён проблемам гипертоников.

В 2014 году рассматривались вопросы, связанные с заболеваниями, переносимыми насекомыми. 2015 год был посвящён безопасности пищевых продуктов.

В 2016 году решались вопросы диабетиков. А вот тематика 2017 года была полностью посвящена депрессии.

В 2019 году ВОЗ решила уделить особое внимание теме всеобщего охвата услугами здравоохранения.



Традиции дня здоровья

Кроме официальных тематик и провозглашенных лозунгов, День здоровья имеет свои уже устоявшиеся традиции.

Для людей, имеющих реальные проблемы со здоровьем, довольно интересны мобильные центры обследования. Здесь можно бесплатно получить консультацию ведущих медицинских специалистов, померить давление, узнать уровень сахара, проверить зрение и сделать другие доступные экспресс-диагностики.

Именно в этот день в России проводится акция «Время быть здоровым». Она направлена на пропаганду здорового образа жизни. В этом мероприятии принимают участие спортсмены и врачи, диетологи и тренеры, деятели искусства и простые граждане.

У всех есть возможность поучаствовать в спортивных флешмобах, забегах на различные дистанции, мастер-классах по приготовлению полезной и диетической пищи.



Мировые рекорды долголетия

Для многих слово здоровье ассоциируется еще с одним словом — долголетие. Ведь в понимании большинства, долгожитель — это тот человек, у которого отменное здоровье, позволяющее прожить до ста и более лет.

Официальным старейшим жителем мира современной наукой считается иранец по имени Китахи, который прожил 185 лет.

«Серебро» получил колумбиец Солису – 183 года, а «бронзу» – супружеская чета из Великобритании: мистер и миссис Йората – 180 и 177 лет.



Но помимо этих данных существуют и иные факты о долгожителях, которые официально не были и не опровергнуты, и не подтверждены. Первенство здесь установил китаец Ли Чунг-ян, родившийся в 1680 и умерший в 1933 году в возрасте 253 лет. Золтан Петраж из Венгрии прожил 186 лет. Невероятно? Но все может быть.

Страна, занимающая первое место по количеству долгожителей – Япония. Сегодня на 100 тыс. японцев приходится около 32 человек старше 100 лет. А общее их количество – почти 41 тыс. человек. И при этом 86% из них – женщины. Одним из рекорсменов Японии стал Томодзи Танабэ, который умер на 114-м году жизни.



А вот самым старым человеком в СССР был житель Азербайджана Ширали Муслимов, который родился в 1805, а умер в 1973 году (прожил 168 лет). При этом он женился и стал отцом в 136 лет.

А не так давно, в 2007 году, ушел из жизни пуэрториканец Эмилиано Меркадо дель Торо, проживший почти 116 лет. Среди 40 долгожителей, он носил свой титул вместе с еще 39 людьми, 38 из которых были женщинами.

В мире существует множество примеров долгожителей, и эти люди вели разный способ жизни, имели разные профессии и социальное положение.

Но **ЗДОРОВЬЕ** было и всегда будет критерием счастливой жизни.

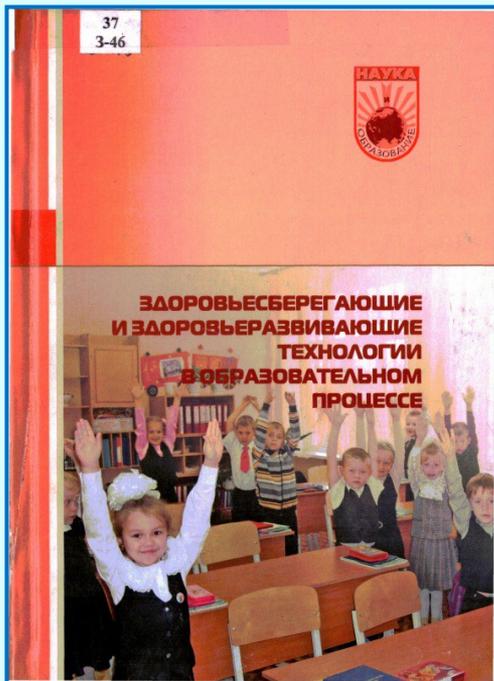


Рекомендуемая литература

для прочтения по теме:

«Здоровый образ жизни»



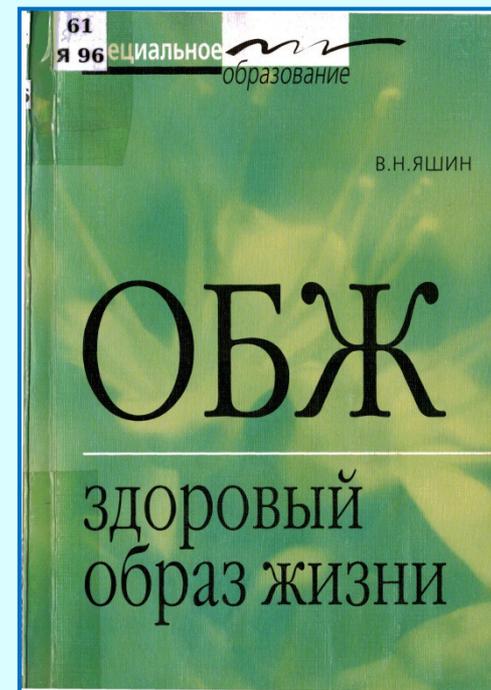


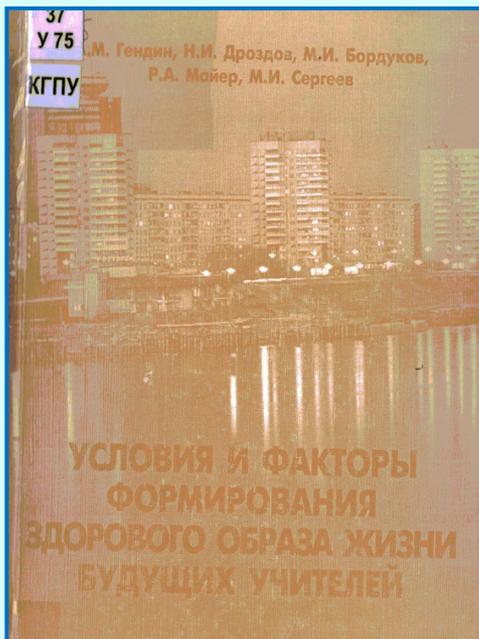
Здоровьесберегающие и здоровьеразвивающие технологии в образовательном процессе [Текст] : монография / Л. В. Кузьмина, Л. Н. Эйдельман, А. А. Курбанова; ред. Н. В. Лалетин; КГПУ им. В. П. Астафьева (Красноярск), СФУ (Красноярск). - Красноярск: «Центр информации»; ЦНИ «Монография», 2013. - 208 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1), АНЛ (1)

Яшин, В. Н. ОБЖ. Здоровый образ жизни [Текст] : учебное пособие / В. Н. Яшин. - 2-е изд., доп. - Москва: Айрис-пресс, 2006. - 112 с. - (Специальное образование).

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1), АУЛ (9), АНЛ (3), ИМРЦ ИППиУО (2)



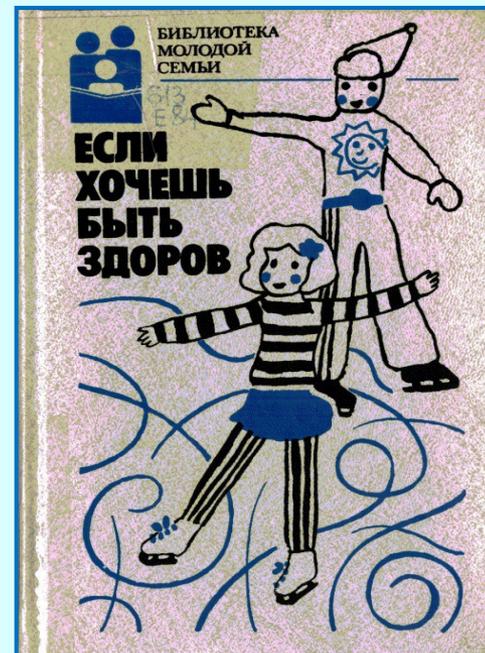


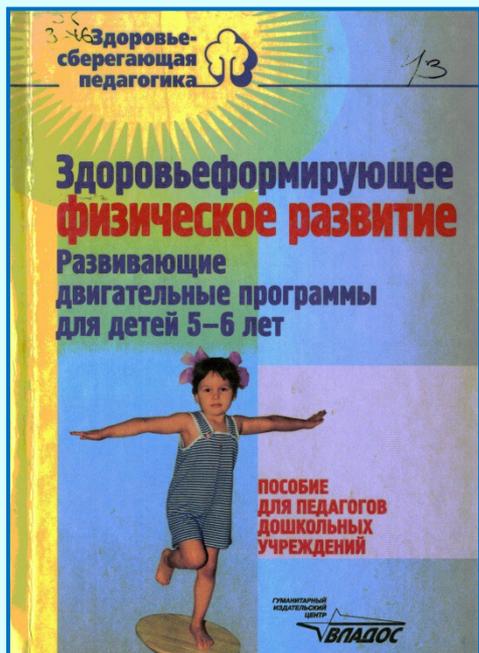
Условия и факторы формирования здорового образа жизни будущих учителей [Текст] : монография / А. М. Гендин [и др.]. - Красноярск: РИО КГПУ, 2003. - 296 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1), ОБИМФИ (1), АНЛ (2)

Если хочешь быть здоров [Текст] : сборник / сост. А. А. Исаев. - Москва: Физкультура и спорт, 1988. - 352 с.: ил. - (Библиотека молодой семьи).

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1)



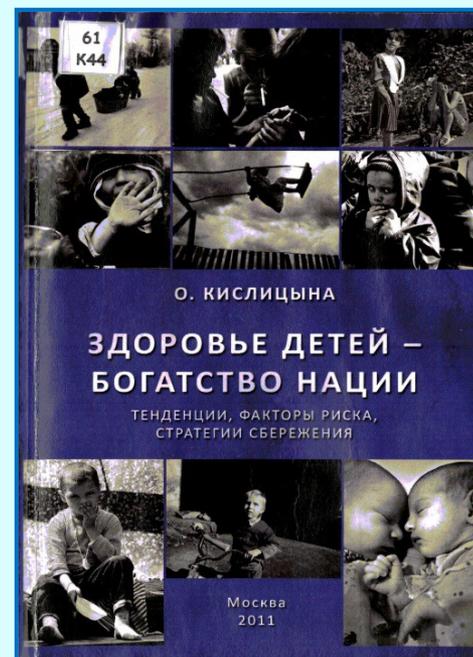


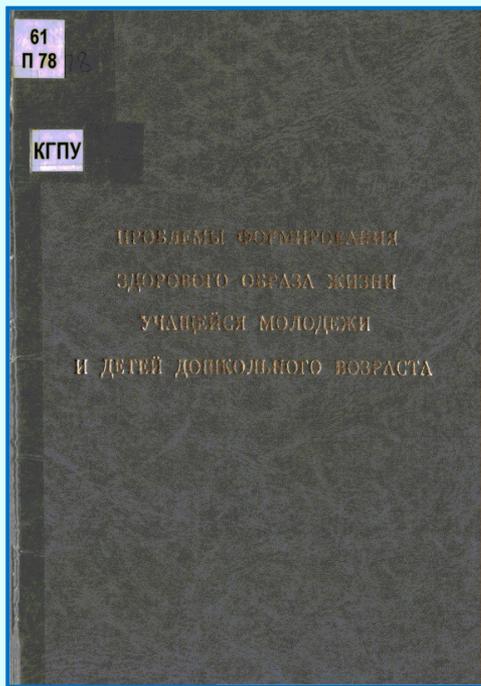
Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет [Текст] : пособие для педагогов дошко. учреждений / И. К. Шилкова [и др.]; ред. М. М. Безруких. - Москва: ВЛАДОС, 2001. - 336 с. - (Здоровьесберегающая педагогика).

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ(1), АНЛ(2), ИМЦ ФФКиС(1), АУЛ(3)

Кислицына, О. А. Здоровье детей - богатство нации: тенденции, факторы риска, стратегии сбережения [Текст] : монография / О. А. Кислицына. - Москва: МАКС Пресс, 2011. - 268 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1)



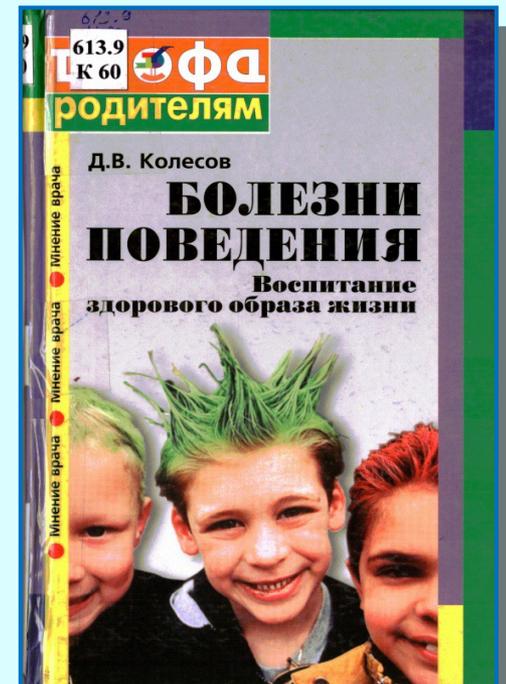


Проблемы формирования здорового образа жизни учащейся молодежи и детей дошкольного возраста [Текст] : материалы республиканской научно-практической конференции. г. Красноярск, 17 ноября 2005 г. / ред. кол. А. М. Гендин, М. И. Сергеев, В. И. Усаков. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2005. - 396 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1), ОБИФ (1), АНЛ (3)

Колесов, Д. В. Болезни поведения. Воспитание здорового образа жизни [Текст] / Д. В. Колесов. - Москва: Дрофа, 2002. - 192 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1)





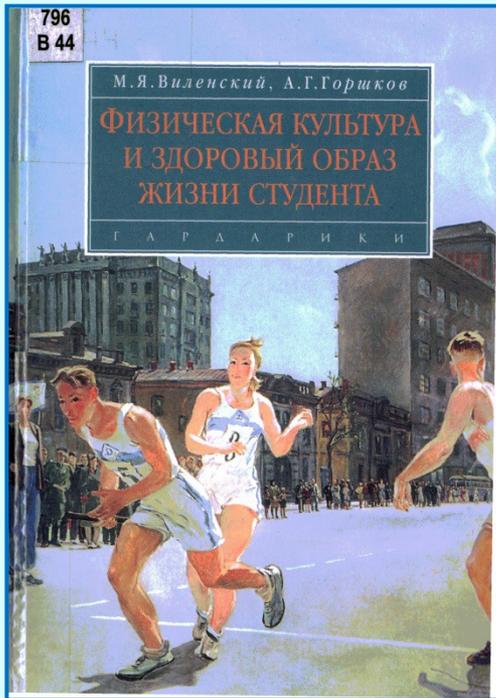
Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст] : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. - 2-е изд., стереотип. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010. - 214 с. - (Университетская серия).

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(2), АУЛ(34)

Кулинарные зарисовки о здоровом питании [Текст] : издание для досуга / отв. ред. Г. В. Иванова. - Красноярск: Поликом, 2007. - 568 с.: ил.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1), СБО (1), АНЛ (3)





Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Текст] : учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - Москва: Гардарики, 2007. - 218 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ(1), АНЛ(2), ИМЦ ФФКиС(8), АУЛ(24)

Магоня, В. Со спортом по жизни [Текст] / В. Магоня. - Красноярск: ООО Издательский дом "Новый Енисей", 2009. - 135 с.

Имеются экземпляры в отделах: ЧЗ (1)



Источники информации:

- 7 апреля, Всемирный день здоровья – праздник здоровой нации // Этот праздник [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://etotprazdnik.ru/den/7-aprelya-vsemirnyy-den-zdorovya/>
- Всемирный день здоровья — 7 апреля // хоровод праздников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vseprazdnichki.ru/vsemirnyj-den-zdorovya-7-aprelya>



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ**

