

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по организации
Всероссийской акции «Будь здоров!»,
приуроченной ко Всемирному дню здоровья

Общая информация

Целью Акции является формирование у населения мотивации к ведению здорового образа жизни, а также осознанной необходимости в укреплении своего здоровья и ответственном отношении к нему.

Задачи Акции:

- повышение внимания и заинтересованности населения в ведении здорового образа жизни;
- формирование у населения навыков ведения здорового образа жизни;
- информирование населения о значимости своевременного прохождения медицинских осмотров и диспансеризации; сохранение и укрепление здоровья населения.

Целевая аудитория Акции: население Республики Башкортостан всех возрастных категорий.

Информационное сопровождение Акции

Акция должна иметь массовую информационную кампанию по всем доступным и активным каналам (социальные сети, мессенджеры, СМИ). Качественным усилением результата охвата аудитории может стать привлечение к участию известных личностей (блогеров, лидеров общественного мнения и т. д.) с целью информирования аудитории о старте мероприятий.

Необходимо организовать подключение региональных СМИ для съемок сюжетов о мероприятиях Акции, а также осуществлять качественную фото- и видеосъемку мероприятий для публикации материалов в социальных сетях региона с целью освещения Акции на более широкую аудиторию. Технические задания, сюжеты и желаемые кадры находятся по ссылке: clck.ru/33eT5o.

**Форматы мероприятий в рамках
Всероссийской акции «Будь здоров!»**

**Урок здоровья «Будь здоров!» для участников первичных
отделений РДДМ «Движение Первых».**

Необходимо организовать проведение урока по ключевым аспектам здорового образа жизни для участников первичных отделений РДДМ «Движение Первых» в формате вопрос – ответ с представителями органов местного самоуправления. Урок предполагает несколько сценариев для школьников разных возрастов.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Площадка проведения: общеобразовательные учреждения.

Целевая аудитория: школьники начальной, младшей, средней и старшей школы.

Продолжительность мероприятия: 45 минут.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным лицам органов местного самоуправления в сфере молодежной политики связаться с координатором регионального отделения ВОД «Волонтеры-медики» в своем муниципальном образовании;
2. Оказать помощь в привлечении к проведению уроков сотрудников органов местного самоуправления в сфере охраны здоровья;
3. Направить информацию о проведении уроков здоровья в адрес председателя региональных отделений РДДМ «Движение Первых»;
4. Оказать помощь в привлечении средств массовой информации в регионе;
5. Оказание содействия в изготовлении брендинга мероприятия для проведения центральных площадок мероприятия. Макеты доступны по следующей ссылке: clck.ru/33mXNg.
6. Провести информационную кампанию в сети «Интернет» на страницах официальных сообществ органов местного самоуправления, а также подведомственных учреждений.

7. Организовать подключение СМИ для съемок сюжетов о проведении мероприятий Формата, а также осуществить качественную фото- и видеосъемку.

8. В течение 2 часов после окончания мероприятия направить ссылку на облачное хранилище с фото- и видеоматериалами на электронную почту: Kirsanov.EA@bashkortostan.ru.

Фестивали здоровья

Необходимо провести фестиваль, организованный в формате пяти центральных площадок – станций, отражающих все аспекты здорового образа жизни: физическая активность, здоровое питание, режим дня, психическое здоровье, отказ от вредных привычек. На станциях по предложенным тематикам проводятся различные интерактивы в формате энерготочек, мастер-классов, квестов, тематических зарядок. К площадкам также предлагается добавить зоны консультаций профильных специалистов и зоны организации выездных проверок здоровья. Параллельно активностям на площадках фестиваля возможна организация открытых диалогов с экспертами, панельные дискуссии и мастер-классы по приготовлению здоровых блюд и т. д.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Площадка проведения: центральная площадь города, помещение для проведения массовых мероприятий, пункты временного размещения, государственные и коммерческие предприятия.

Целевая аудитория: население всех возрастных категорий.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным лицам органов местного самоуправления в сфере молодежной политики связаться с координатором регионального отделения ВОД «Волонтеры-медики» в своем муниципальном образовании;

2. Оказание содействия в изготовлении брендинга мероприятия для проведения центральных площадок мероприятия. Макеты доступны по следующей ссылке – <https://clck.ru/33mXNg>.

3. Организовать подключение СМИ для съемок сюжетов

о проведении мероприятий Формата, а также осуществить качественную фото- и видеосъемку.

4. В течение 2 часов после окончания мероприятия направить ссылку на облачное хранилище с фото- и видеоматериалами на электронную почту: Kirsanov.EA@bashkortostan.ru.

Всероссийская зарядка

Необходимо провести утреннюю зарядку 7 апреля 2023 года (в 10:00) в школах, ВУЗах и СПО, социальных учреждениях, в пунктах временного размещения, на государственных и коммерческих предприятиях. Места с территориальной идентичностью могут стать центральными площадками проведения зарядки в регионах. ЗОЖ - плейлист для проведения зарядок доступен по следующей ссылке – clck.ru/33pXWf.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Площадка проведения: места территориальной идентичности региона, школы, СПО, ВУЗы, социальные учреждения, пункты временного размещения, государственные и коммерческие предприятия.

Целевая аудитория: население всех возрастных категорий.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным лицам органов местного самоуправления в сфере молодежной политики связаться с координатором регионального отделения ВОД «Волонтеры-медики» в своем муниципальном образовании;

2. Организовать подключение региональных СМИ для съемок сюжетов о проведении мероприятий Формата, а также осуществить качественную фото- и видеосъемку.

3. В течение 2 часов после окончания мероприятия направить ссылку на облачное хранилище с фото- и видеоматериалами на электронную почту: Kirsanov.EA@bashkortostan.ru.

Проверки здоровья

Необходимо провести проверки здоровья, где любой желающий в краткие сроки сможет проверить основные показатели своего здоровья,

получить индивидуальные рекомендации и советы по ведению здорового образа жизни.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Целевая аудитория: лица старше 18 лет.

Площадка проведения: государственные и коммерческие предприятия, СПО, ВУЗы, торговые центры, места массового скопления людей.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным лицам органов местного самоуправления в сфере молодежной политики связаться с координатором регионального отделения ВОД «Волонтеры-медики» в своем муниципальном образовании;
2. Организовать подключение региональных СМИ для съемок сюжетов о проведении мероприятий Формата, а также осуществить качественную фото- и видеосъемку.
3. В течение 2 часов после окончания мероприятия направить ссылку на облачное хранилище с фото- и видеоматериалами на электронную почту: Kirsanov.EA@bashkortostan.ru.

**Всероссийский диктант по общественному здоровью
и диспансеризации**

Необходимо организовать информационную поддержку проверки знаний у населения старше 18 лет по вопросам диспансеризации, посредством заполнения анкеты на сайте. Для детей возможно прохождение проверки знаний о здоровом образе жизни посредством участия в онлайн-квесте на сайте диктантздоровья.рф.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Площадка проведения: социальные сети регионального отделения и региональных партнеров акции

Целевая аудитория: население всех возрастных категорий.

Сроки проведения: 1-15 апреля 2023 года.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным сотрудникам органов местного самоуправления

опубликовать информационный пост в сети «Интернет» о проведении Всероссийского диктанта по общественному здоровью и диспансеризации на официальных страницах Администрации МО и подведомственных учреждений.

Выезды в рамках Всероссийского Проекта #ДоброВСело

Необходимо организовать проведение выездных мероприятий в указанных выше форматах в отдаленных ФАПах в рамках Всероссийского Проекта #ДоброВСело, в ходе которого волонтеры-медики совместно с медицинским персоналом выезжают в отдаленно расположенные ФАПы для осуществления медицинского консультирования населения, проведения диагностических и просветительских мероприятий с целью выявления заболеваний и факторов риска их возникновения, а также оказания помощи о благоустройству территорий ФАПов.

Даты проведения: 7-10 апреля 2023 года.

Целевая аудитория: лица старше 18 лет.

Площадка проведения: отдаленно расположенные ФАПы.

Основные этапы подготовки и реализации формата:

1. Ответственным лицам органов местного самоуправления в сфере молодежной политики связаться с координатором регионального отделения ВОД «Волонтеры-медики» в своем муниципальном образовании;
2. Оказать помощь в обеспечении выездов с участием профильных специалистов в ФАПы;
3. Организовать подключение СМИ для съемок сюжетов о проведении мероприятий Формата, а также осуществить качественную фото- и видеосъемку.
4. В течение 2 часов после окончания мероприятия направить ссылку на облачное хранилище с фото- и видеоматериалами на электронную почту: Kirsanov.EA@bashkortostan.ru.