

Школы здоровья

Здоровье – это та драгоценность, ради которой не стоит жалеть ни времени, ни сил, ни материальных благ. Основы здорового образа жизни необходимо прививать с самого раннего возраста. И очень многое в этом вопросе зависит от родителей - не только от того, как они воспитывают ребёнка, но и какой пример ему подадут. На всех ступенях взросления в процессе образования учителя в школах, педагоги в высших учебных заведениях, медицинские работники продолжают обучать школьников и студентов навыкам здорового образа жизни.

Специалистами отделения медицинской профилактики Рязанского областного клинического наркологического диспансера (ГБУ РО ОКНД) с 2011 года проводятся занятия в «Школах здоровья» для населения г.Рязани. Таких «Школ» на данное время организовано десять:

- 7 «Школ здоровья» для родителей детей, посещающих детские поликлиники г. Рязани;
- «Мой выбор - здоровье» - для студентов ФГБОУ ВПО РГАТУ;
- «Эффективный родитель» - для родителей учащихся старших классов средних общеобразовательных школ;
- «Путешествие в стране Здоровья» - для учащихся средних общеобразовательных школ.

Основные цели «Школ здоровья» - повышение знаний среди всех категорий граждан в вопросах формирования культуры здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, обучение родителей необходимым навыкам, способствующим эффективным взаимоотношениям со своими детьми.

Перед нашими специалистами стоят серьёзные задачи – ознакомить родителей и детей с широким кругом вопросов, касающихся навыков здорового жизненного стиля и профилактики возникновения зависимостей от наркотических средств и психотропных веществ среди подростков и молодёжи. Психологи и специалисты по социальной работе наркологического диспансера проводят в «Школах здоровья» лекции-дискуссии, индивидуальные и групповые консультации по вопросам профилактики наркологических заболеваний, тренинговые занятия на повышение стрессоустойчивости, обучение навыкам конструктивного общения с детьми и т.д., раздают памятки и буклеты, проводят демонстрации фильмов и роликов антитабачной, антиалкогольной и антинаркотической направленности.

В 2014 году в «Школах здоровья», организованных специалистами наркологического диспансера проведено 124 занятия (из них в детских поликлиниках – 65, в Агротехнологическом университете – 25, для родителей учащихся – 8, для учащихся - 26), проведено 668 индивидуальных консультаций медицинского психолога (из них в детских поликлиниках – 412, в Агротехнологическом университете – 141, для родителей учащихся – 54, для учащихся - 61) и обучено 360 человек (из них в детских поликлиниках – 78, в Агротехнологическом университете – 149, для родителей учащихся – 9, для учащихся - 124).

В 2015 году специалисты наркологического диспансера запланировали организацию «Школ здоровья» в поликлиниках для взрослого населения г.Рязани.

Учитывая специфику наркологических заболеваний, в современных условиях огромное значение имеет профилактическая работа. Соответственно, занятия в «Школах здоровья» - это актуальное и перспективное направление деятельности нашего лечебно-профилактического учреждения.

Подготовила психолог
отделения медицинской профилактики Михейкина Н.А.