



Герман МОСКАЛЕНКО

НА СТАДИОНАХ - МИЛЛИОНЫ

Масштабную кампанию против вредных привычек в Беларуси начали еще в 90-е годы

ВДОХ ГЛУБОКИЙ, РУКИ ШИРЕ

К разработке кампании по пропаганде физкультуры и спорта в стране подключились все министерства и ведомства. Ведь соответствующие разделы были включены в Программу социально-экономического развития страны на пятилетку и Национальную стратегию устойчивого развития республики, а это уже государственная политика.

Стратегия продвижения ЗОЖ в массы опирается на «четыре кита» - приобщение людей к занятию спортом, отказ от вредных привычек, здоровое питание и профилактическую медицину.

Сегодня каждый пятый белорус занимается физкультурой. Задача - до 2020 года приобщить к физкультуре каждого четвертого. Все условия для этого есть, в том числе тысячи новых и модернизированных стадионов, хоккейных коробок, велодорожек, роллерных трасс и площадок для игровых видов спорта. В Минске даже оборудовали площадку для паркура.

РАЗГОВАРИВАТЬ НЕ НАДО, ПРИСЕДАЙТЕ ДО УПАДА

За последние двадцать лет в Беларуси построено примерно два десятка ледовых дворцов. Тысячи любителей по всей стране играют в хоккей. Самый яркий пример - Ночная хоккейная лига или чемпионат Минска по хоккею среди любителей. А еще есть Любительская хоккейная лига, турнир «Золотая» шайба», Республиканские соревнования...

Возродили рабочие спартакиады. В каждом районе про-

ходят фестивали здорового образа жизни. В Минске даже чемпионат по плаванию среди моржей проводится. В этом году в нем активно участвовали и россияне - коллеги-моржи из Орла, Иванова и других городов.

Самые массовые спортивные праздники в Минске и других городах приурочены ко Дню Победы и к 3 июля - Дню Независимости. В эти дни центр столицы превращается в огромный стадион, где спортсменов столько же, сколько и зрителей.

КРАСОТА СРЕДИ БЕГУЩИХ!

Сегодня в Беларуси - настоящий бум среди любителей бега. Каждый год проходят десятки пробегов и кроссов. Популярен Минский международный полумарафон. В соцсетях создана специальная группа followminsk. Ее участники могут получить консультацию от профессиональных атлетов. Результат налицо: в парках и на школьных стадионах по вечерам бегают тусцы сотни людей.

ПЕРВЫХ НЕТ И ОТСТАЮЩИХ

С 2009 года минские власти реализуют программу «велосипедизации» столицы. Этим пытаются убить сразу трех зайцев: приобщить людей к ЗОЖ, частично разгрузить общественный транспорт и улучшить экологию города. Общая длина обособленных велотрасс в Минске уже около 250 км, а скоро будет 600. Тротуар главного проспекта столицы теперь разделен на пешеходную и велосипедную части.

Для поездок на работу велосипед пока используют

около процента минчан, - говорит Юрий Важник, председатель правления Белорусской ассоциации экспертов и сюрвейеров на транспорте. - Но статистика обнадеживает. За последние пять лет велосипедистов в стране стало втрое больше.

ПРОЧЬ ВЛИЯНИЯ ИЗВНЕ, ПРИВЫКАЙТЕ К НОВИЗНЕ

Одновременно по всем фронтам идет наступление на вредные привычки. Соцопросы показывают: основная причина сверхсмертности мужчин трудоспособного возраста - нездоровый образ жизни. Курит примерно треть взрослого населения. Самый высокий процент - молодежь и люди среднего возраста. Потребление алкоголя в стране тоже достаточно высокое - более десяти литров на душу населения в год.

В Беларуси запретили рекламу табачных изделий. Сигарет не увидишь даже в магазинах: их нет на витринах, для покупателя - только список-перечень.

Уже несколько лет на улицах нельзя пить даже пиво. Запрещено продавать спиртное и сигареты через интернет-магазины. МВД недавно предложило законодательно закрепить норму о продаже спиртного только гражданам, достигшим возраста 21 год. Опросы общественного мнения показывают, что 75% населения выступает за ужесточение антитабачной и антиалкогольной кампаний.

SOUZVECHE.RU

О ТОМ, КАК
В РОССИИ
И БЕЛАРУСИ
БОРЮТСЯ
С КУРЕНИЕМ,
ЧИТАЙТЕ НА САЙТЕ



И маму обгоним, и папу обгоним, и чемпионами станем!

СЛОВО - ДЕПУТАТУ

«СПОРТ - ПАНАЦЕЯ ОТ ВСЕХ ХВОРЕЙ»

Андрей НАУМОВИЧ, председатель Комиссии Парламентского Собрании по информационной политике:

- Уверен, спорт - панацея от всех хворей. Начать занятия можно в любом возрасте. Главное, не раздумывать, а браться! Тут золотое правило: чем раньше, тем лучше.

Самый простой вид спорта, который не требует особой экипировки - ходьба. Нужны лишь желание и примерно час свободного времени. Затем можно присмотреться к другим направлениям, посоветоваться с тренерами и начинать занятия. Это укрепит здоровье, повысит работоспособность и даст эмоциональный подъем.

Спортом занимаюсь со школы и не ограничиваюсь каким-то одним видом. В теплое время года по вечерам катаюсь на велосипеде. Еще одно увлечение - Ночная хоккейная лига. Люблю волейбол, спортивное ориентирование, кроссы, беговые лыжи. В декабре ездил в Москву на VII Международные парламентские игры, где играл в мини-футбол. Очень важно не просто участвовать в таких публичных мероприятиях. Люди видят твою увлеченность и тоже «загораются».



БЕЛТА

ИЗ-ЗА ЧЕГО БОЛЕЮТ БЕЛОРУСЫ

	ПОВЫШЕННЫЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА	21%
	ИЗБЫТОЧНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ СОЛИ	13%
	НЕДОСТАТОЧНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ	7%
	ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ	16%
	ВЫСОКИЙ ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЕ	8%
	КУРЕНИЕ	19,7%
	НЕДОСТАТОЧНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ	5%

По данным РНПЦ «Кардиология».

Я нарисую ваш портрет... Электронный ПЕРСПЕКТИВЫ

■ По данным ВОЗ, на пятьдесят процентов здоровье человека зависит от образа жизни и только на десять процентов от медицины. И медицина должна быть профилактической.

- С начала этого года мы изменяем систему диспансеризации. Уходим от всеобщей, обращаем внимание на целевые скрининги. С введением электронной карты и истории болезни будет уменьшаться количество повторных визитов в поликлиники, - считает первый заместитель министра здравоохранения Дмитрий Пиневич.

В стране большая смертность трудоспособных людей от неинфекционных заболеваний. Минздравом принята специальная программа.

Как предполагается, в ближайшем будущем наряду с обязательным скринингом предстательной железы, молочной железы и колоректального рака могут появиться обследования на рак кожи.

Пациентам выдадут опросники. На основании заполненных анкет можно будет составить индивидуальную программу питания, физической активности, контроля артериального давления.

Во всех поликлиниках Минска до конца года введут электронные рецепты. Также планируется ввести электронные амбулаторные карты. По сути, это будет личный электронный кабинет, где можно будет самостоятельно знакомиться с информацией о своем здоровье и к которому будут иметь доступ из разных больниц.