Кузбасс - за здоровый образ жизни!

В Кузбассе реализуется масштабная кампания по пропаганде здорового образа жизни. В 2015 году по губернаторским акциям кузбасским школьникам бесплатно вручено около 6 тыс. велосипедов, а представителям старшего поколения — 8 тыс. комплектов палок для скандинавской ходьбы. Губернатор Кемеровской области Аман Тулеев, выступая с бюджетным посланием на сессии областного совета народных депутатов в ноябре 2015 года, предложил кузбассовцам новую мотивацию по борьбе с лишним весом. Он заявил, что за похудение жителям области будут раздавать уголь. Инициатива получила огромный резонанс: каждый район и город области проводит сегодня свои акции в поддержку здорового образа жизни. Так, за сброшенные килограммы веса жителям начали выдавать не только уголь, но и мёд, витамины, льготные абонементы на посещение спортивных объектов, спортивную форму от местных производителей и др.

Кроме того, губернский телеканал "СТС-Кузбасс" при поддержке администрации Кемеровской области, департамента охраны здоровья населения запустил проект "Жги-шоу": **http://ctc-kuzbass.ru/projects/zhgi-shou**

Его главная цель — привлечение кузбассовцев к занятиям физической культурой и спортом, ведению активного и здорового образа жизни.

Набирает обороты и масштабная областная акция по раздаче палочек для спортивной ходьбы. Сегодня она охватила почти весь Кузбасс — сотни жительниц Новокузнецка, Осинников, Анжеро-Судженска Калтана и Мысков пополнили ряды поклонниц этого вида спорта, название которого уже прочно связано с Кузбассом.

Группа за здоровый образ жизни «Сбрось лишнее» открылась в Анжеро-Судженске

Центр здоровья для взрослых Анжеро-Судженска, действующий на базе городской поликлиники №3, поддержал губернаторскую программу по пропаганде здорового образа жизни. Так, на базе центра начала работать группа «Сбрось лишнее» для желающих похудеть. В настоящее время ее посещают 17 горожан.

Все участники группы проходят медицинское обследование и получают индивидуальные рекомендации по правильному питанию и физической нагрузке. Процесс похудения проходит под наблюдением врачей. Каждый член группы ведет дневник питания. Сбросившие несколько килограммов веса получат абонемент в фитнес-клуб на бесплатные занятия. Группа продолжает принимать всех желающих похудеть и научиться вести здоровый образ жизни. Возрастных ограничений нет.

Центры здоровья

В Кемеровской области организовано 11 Центров здоровья для взрослых и 4 Центра здоровья для детей.

Специалисты Центров здоровья дают бесплатные консультации по здоровому образу жизни, сохранению и укреплению здоровья. Здесь можно оценить резервы организма, выяснить, на что следует обратить внимание, чтобы сохранить или улучшить свое самочувствие и пройти курс лечебной физкультуры в соответствие с выявленными факторами риска.

Список центров здоровья

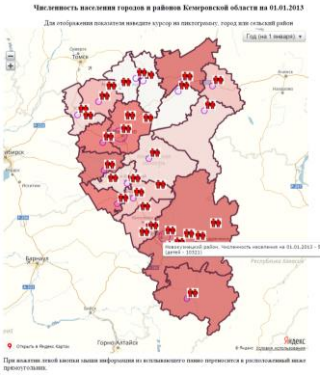
г. Анжеро-Судженск
МАУЗ "ЦГБ"поликлиника №3 ул. Войкова, 3
8-384-53 6-38-56, 8-384-53 6-38-46
as-gp3@yandex.ru

г. Анжеро-Судженск
МАУЗ "ЦГБ" детс. поликлиника ул. Желябова, 3 а
8-384-53 6-38-20 as-dpg@yandex.ru

Список кабинетов по отказу от курения

г.Анжеро-Судженск
МАУЗ «Центральная городская больница», поликлиника №3, Центр здоровья для взрослых г. Анжеро-Судженск, ул. Войкова,3.
МАУЗ «Центральная городская больница», поликлиника №5 г. Анжеро-Судженск, ул. 50 лет Октября, 4

Интерактивная карта сети учреждений здравоохранения и маршрутизация пациентов
http://www.kuzdrav.ru/roadmap/map1.php



На прием через Интернет:

К врачу- через Интернет! www.vrach42.ru

Телефон "горячей линии"

Со всеми вопросами Вы можете обратиться в департамент по телефону "горячей линии"- 8(3842)58-43-56.

С понедельника по пятницу с 8-00 до 16-30 Вам ответит главный специалист по работе с обращениями граждан Шишкина Наталья Николаевна.

После 16 час. 30 мин., в обеденный перерыв с 12-00 до 12-30, в выходные дни телефон работает в режиме «автоответчика». Вы можете продиктовать свое сообщение на телефон и указать свой контактный телефон. Вам обязательно перезвонят.

Анкета самодиагностики болезней сердца

http://www.kuzdrav.ru/kardio_anketa/HTest.html

Буклет выполнен по материалам сайта:

Сайт департамента охраны здоровья населения Кемеровской области [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа: http://www.kuzdrav.ru/ – Дата обращения 11.04.2016.

Кузбасс – за здоровый образ жизни: буклет / МБУК «ЦБС»; компилятор С.А. Заковоротная, заведующая Центром правовой информации. – Анжеро-Судженск: Центральная библиотека, 2016. –
1 л; в 3 слож. - 5 экз.

Знак информационной продукции 16+
Информация предназначена для широкого круга пользователей.

Формат 210 х 290 мм. Тираж 5 экз.
Отпечатано на принтере МБУК «ЦБС»
Анжеро-Судженского городского округа.
Адрес: ул. Ленина, 15

Муниципальное
бюджетное учреждение культуры
Анжеро-Судженского городского округа
Централизованная библиотечная система
Центральная библиотека
Центр правовой информации

Кузбасс - за здоровый образ жизни

Буклет

16+

Анжеро-Судженск
2016