

12 августа
Международный день
молодежи



Международный день молодежи во всем мире отмечается 12 августа. Основной целью мероприятия является напоминание о роли молодого поколения в развитии и создании мира, а также освещение позиций в случае столкновения с повседневными проблемами в течение всего жизненного пути. Каждая годовщина данного события имеет определенный девиз, но все они символизируют будущую деятельность молодого поколения.



Впервые о возможности учреждения подобного праздника заговорили в Ассамблее ООН в 1998 году. На фоне кризисных явлений по всему миру обществу необходимо было напомнить о роли молодых людей, которые являются движущей силой государств и участвуют в развитии и построении. Выдвинуто предложение о введении праздника было Министрами по делам молодежи на всемирной конференции, которая проходила в городе Лиссабоне с 8 по 12 августа 1998 года. Основным посылом праздника было распространение информации о заслугах молодых людей по всему миру и их вкладе в развитие общества: научные открытия, выполнение сложных работ, развитие экономики и политики. Организаторы конференции также предлагали проводить различные презентации и информационные тренинги для просвещения населения. Наибольшее развитие праздник приобрел в 2000-е года, а в настоящее время его активно отмечает молодежь по всему миру.



представители ООН по-прежнему считают необходимым проводить информирование и бороться за права молодых людей. Особое внимание праздник обращает на детей и подростков, которые оказались в сложных жизненных ситуациях. Согласно статистике, среди 2 млрд молодых людей и подростков:

- каждый 5 находится в зоне или эпицентре военных конфликтов;
- более 1.5 человек проживают в бедных условиях;
- не менее 25 миллионов не имеют возможности посещать образовательные заведения.



Традиции

В Международный день молодежи принято организовывать концертные программы, выставочные показы, проводить ярмарки, конференции, собираться на семинары, флешмобы, дискотеки. На этих мероприятиях проводится агитация, имеющая отношение к здоровому образу жизни, пропагандируется дружелюбие, позитив, создание хороших отношений между государствами. Данная программа способствует гармоничному развитию личности и действует исключительно в интересах молодежи.



Полезные советы

Специалисты отделения по работе с семьёй и детьми БУ СО ВО «КЦСОН Кирилловского района» предлагают вам полезные советы по формированию здорового образа жизни подростков:

- **Физическая активность** – один из самых важных компонентов здорового образа жизни. Все девушки мечтают иметь красивую стройную фигуру, а все юноши быть сильным и крепким. Всего этого возможно достичь при регулярных занятиях физкультурой с вовлечением всех групп мышц (ходьба, бег трусцой, плавание, езда на велосипеде, лыжи, гребля, командные игры).
- **Соблюдение режима дня** – является обязательным условием здорового образа жизни ребенка. Режим дня – это хорошо продуманный распорядок труда, отдыха, питания. Необходимо спать не менее 8-9 часов в благоприятных условиях – теплое одеяло, прохладный воздух, спокойная обстановка. Пребывание на свежем воздухе ежедневно по 1,5 – 2,5 часа в сочетании с двигательной активностью, физическим трудом, занятиями спортом является одним из компонентов рационального режима дня.
- **Сбалансированное и рациональное питание.** Необходимо снизить содержание в рационе животных жиров и «быстрых» углеводов – сахара, сладостей, кондитерских изделий, картофеля.
- **Поддержание чистоты кожи, уход за ногтями**
- **Регулярный уход за полостью рта**
- **Недопустимость курения и употребления алкогольных напитков.**



Международный день МОЛОДЁЖИ
12 августа С праздником!

Живите и дарите
радость людям
Не завтра, не сегодня,
а сейчас.



И не теряйте
ни одной минуты...
Ведь молодость
дается только раз.