



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

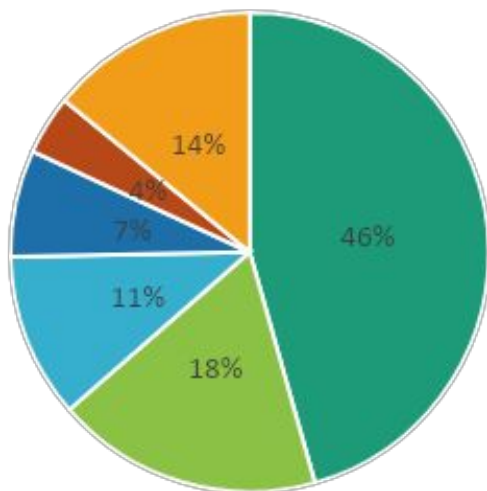
ПРОЕКТ: «ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ»



ПРОЕКТ: «ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ!»



СОЦИАЛЬНАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ПРОЕКТА



- Болезни системы кровообращения
- Новообразования
- Внешние причины
- Болезни органов пищеварения
- Болезни органов дыхания
- Другие



ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ХНИЗ



По итогам 2017 года у каждого 5-6 гражданина, прошедшего диспансеризацию, выявлена недостаточная физическая активность.

Скандинавская ходьба, которая объединила в себе элементы двух методик — ходьбу и лыжи, полезнее бега и эффективнее обычной ходьбы.

Этот вид физических нагрузок объединяет аэробные и силовые упражнения. Безопасность этого вида аэробных нагрузок делает их общедоступными и не требует специальной физической подготовки.

СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА

Поднимает настроение

Снимает стресс

Способствует улучшению осанки

Улучшает работу сердца и кровеносных сосудов

Укрепляет мышцы спины

Укрепляет мышцы живота

Держит мышцы ягодиц в тонусе

Держит мышцы бедер в тонусе

Эффективно тренирует ноги

Снимает нагрузку на коленные суставы



Кто реализует проект

- Автономная некоммерческая организация «Коми научный медицинский центр Северо-Западного отделения Российской Академии медицинских наук» победитель конкурса на предоставление грантов Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества.

- Центр медицинской профилактики ГУ «Врачебно-физкультурный диспансер является соорганизатором и постоянным партнёром АНО «КНМЦ СЗОРАМН», осуществляет координацию деятельности отделений, кабинетов медицинской профилактики в республике.

- Медицинские организации Республики Коми.

Руководитель проекта – Ломов Виталий Евгеньевич
Руководитель-организатор проекта – Лыурова Татьяна Михайловна





ЖИЗНЬ!»



ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА

Цель проекта – Формирование здорового образа жизни населения, профилактика и снижение ХНИЗ посредством повышения двигательной активности.

Сроки реализации – 01.10.2018 – 26.07.2019 гг.

Задачи проекта:

- открытие Школ профилактики гиподинамии, одним из базовых направлений которых предполагается внедрение и расширение популярности скандинавской ходьбы во всех возрастных группах в городах, районах республики и оснащение их инвентарем (26 школ);
- подготовка квалифицированных инструкторов по скандинавской ходьбе (37 чел.);
- повышение информированности населения о положительном влиянии умеренной физической активности на здоровье человека.





Проект «Движение - это жизнь!»



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА

Организация Школ профилактики гиподинамии

во всех муниципальных образованиях Республики
Коми

(26 Школ)

Подготовка инструкторов по скандинавской ходьбе

(37 чел.)

г. Сыктывкар 13-14 декабря 2018г.

г. Ухта 14-15 марта 2019г.

г. Воркута 16-17 мая 2019г.

Оснащение школ (90 пар)



ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА



Приобретено 90 пар
палок для
скандинавской ходьбы

двухсекционные
телескопические палки New Route
для скандинавской ходьбы с
пробковыми и резиновыми
рукоятками, в комплекте с
отстегивающимися темляками и
насадками для ходьбы по
асфальту.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА

Семинар в г. Сыктывкаре (10 муницип. образований):

Мед. Организации г. Сыктывкара,
«Сыктывдинская ЦРБ», «Корткеросская ЦРБ»,
«Койгородская ЦРБ», «Прилузская ЦРБ»,
«Сысольская ЦРБ», «Усть-Вымская ЦРБ»,
«Удорская ЦРБ», «Усть-Куломская ЦРБ»,
«Княжпогостская ЦРБ».

Семинар в г. Ухте (6 муницип. образований):

«Ухтинская городская поликлиника»,
«Городская поликлиника №2» пгт. Ярега,
«Сосногорская ЦРБ», «Нижнеодесская РБ №1»,
«Войвожская РБ №2»,
«Ижемская ЦРБ», «Усть-Цилемская ЦРБ»,
«Троицко-Печорская ЦРБ», «Вуктыльская ЦРБ»

Семинар в г. Воркуте (4 муницип. образования):

«Воркутинская поликлиника», «Воргашорская
больница»,
«Интинская ЦГБ», «Печорская ЦРБ», «Усинская ЦРБ».





Проект «Движение - это жизнь!»



ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В РАМКАХ ПРОЕКТА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Пермский государственный медицинский университет имени академика Е.А. Вагнера» Министерства здравоохранения Российской Федерации							
УДОСТОВЕРЕНИЕ №							
Настоящее удостоверение подтверждает, что							
с			2018 г.	по			2018 г.
прошел (а) обучение на кафедре медицинской реабилитации, спортивной медицины, физической культуры и здоровья ФГБОУ ВО ПГМУ им. академика Е.А. Вагнера Минздрава России							
по теме:							
в объеме:							
М.П.				Проректор по образовательной деятельности, д.м.н., профессор			
				_____ Н.В. Минаева			
				Зав. кафедрой медицинской реабилитации, спортивной медицины, ФКиЗ, д.м.н., профессор			
				_____ В.Г. Черкасова			
г. Пермь							

Федеральное
государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
«Пермский государственный
медицинский университет
имени академика Е.А.
Вагнера» Министерства
здравоохранения Российской
Федерации.
Кафедра медицинской
реабилитации, спортивной
медицины, физической
культуры и здоровья



Проект «Движение - это жизнь!»



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РАМКАХ ПРОЕКТА

- **Заключение договора** АНО «КМНЦ СЗОРАМН» о сотрудничестве (функционирование Школ профилактики гиподинамии, оснащенных оборудованием - палками для скандинавской ходьбы),
- **направление медицинских работников на семинар** по подготовке инструкторов по скандинавской ходьбе,
- **открытие Школы профилактики гиподинамии** (приказ: ответственный, программа и расписание занятий, место проведения и т.д.),
- **разработка Плана работы Школы на 2019 год, ежеквартальный отчет о деятельности Школы,**
- **привлечение СМИ** для освещения деятельности Школ в муниципальном образовании в целях повышения информированности населения о положительном влиянии умеренной физической активности на здоровье человека.

Открытие Школ профилактики гиподинамии не позднее:

- 01 февраля 2019г.: для обучающихся в г. Сыктывкаре,
- 15 апреля 2019г.: для обучающихся в г. Ухта,
- 15 июня 2019г.: для обучающихся в г. Воркута.



проект «Движение к долгой жизни!»



Удачи в
реализации
проекта!





**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!