

Профориентационные встречи играют важную роль в жизни школьников, поскольку помогают им лучше понять свои интересы, способности и предрасположенности при выборе будущей профессии. Во время таких мероприятий учащиеся знакомятся с разнообразием профессиональных направлений, узнают об условиях обучения, требованиях к специалистам и перспективах трудоустройства. Это даёт возможность более осознанно подойти к выбору своего жизненного пути и сделать уверенный шаг в будущее.

В рамках реализации **профориентационного проекта «Билет в будущее»** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» была проведена встреча «Гигиена и профилактика» для учеников ГУО «Средняя школа № 7 г. Речицы». Главной темой встречи стала работа отделения общественного здоровья. Заведующий отделением общественного здоровья Виктория Кохановская рассказала ребятам о основных задачах и функциях отделения, работе по формированию здорового образа жизни, профилактике неинфекционных заболеваний и многом другом.



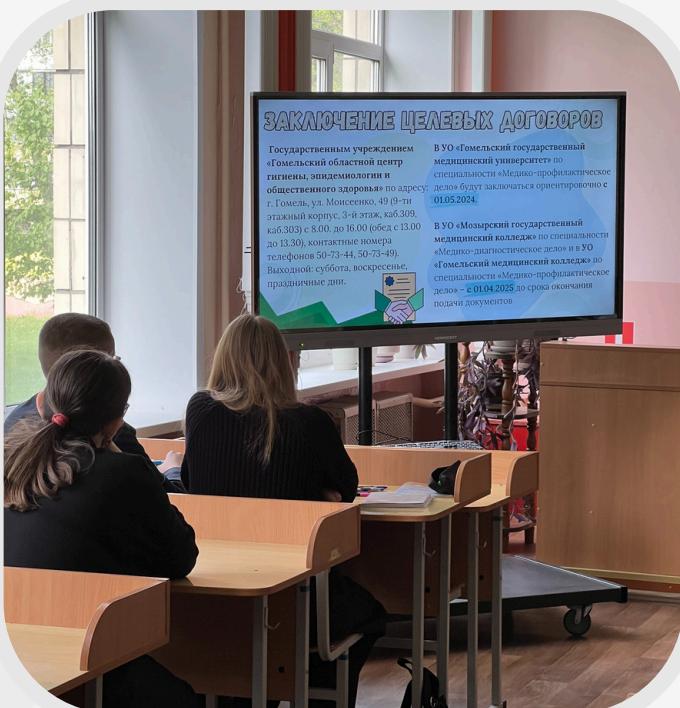
Для того чтобы чувствовать себя хорошо и сохранять здоровье, важно уделять внимание разным сторонам жизни, в том числе осознанному отношению к возможным угрозам. Понимание рисков и своевременные профилактические меры помогают предотвратить серьёзные заболевания, такие как ВИЧ, гепатиты и клещевые инфекции. Не менее значимо осознание вреда, который наносят организму и жизни в целом такие привычки, как курение, употребление алкоголя и наркотиков, — они могут разрушительно повлиять как на физическое здоровье, так и на личное благополучие.

В рамках реализации *профилактического проекта «Выбор»* специалистами отдела эпидемиологии и отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведена информационная встреча на базе ГЛУ «Василевичский лесхоз». Специалисты напомнили про основы знаний о ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитах, профилактики бешенства, о клещевых инфекциях и способах защиты от укусов, про психологические аспекты зависимой личности и методах коррекции такого поведения.



Период подросткового возраста — время важных решений, одним из которых является выбор будущей профессии. Порой этот выбор кажется сложным и даже пугающим, ведь он влияет на дальнейшую жизнь, обучение, карьеру и самоощущение в обществе. Именно поэтому профориентация играет ключевую роль в жизни подростков. Она помогает молодым людям лучше понять свои интересы, сильные стороны и личные особенности.

В рамках **профориентационной работы** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» была проведена профориентационная встреча «Санитарная служба – особое место в системе здравоохранения» с учениками ГУО «Речицкая районная гимназия им. В.Ф. Маргелова». Мероприятие было направлено на ознакомление выпускников с работой санитарной службы, её ключевой ролью в системе здравоохранения, а также возможностями для профессионального развития в данной сфере.



В современном мире, где выбор профессии становится всё более разнообразным и сложным, подросткам особенно важно не просто услышать о разных специальностях, но и увидеть их вживую. Именно поэтому профориентация, совмещённая с экскурсиями приобретает особую ценность. Такие экскурсии позволяют школьникам погрузиться в реальную рабочую среду, познакомиться с профессиями на практике. Они видят, как устроен рабочий день, какие задачи выполняют специалисты и какие навыки необходимы. Это помогает подросткам лучше понять, что стоит за тем или иным профессиональным названием, оценить свои интересы и представить себя на месте сотрудников.

В рамках реализации **профориентационного проекта «Билет в будущее»** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» была проведена познавательная экскурсия в один из городских супермаркетов. Целью визита стало знакомство с работой санитарной службы и, в частности, деятельностью подразделения гигиены питания. Это практическое занятие позволило ребятам увидеть работу госсаннадзора изнутри.



Обучение детей правильному мытью рук имеет важное значение для их здоровья и благополучия, так как эта простая гигиеническая процедура значительно снижает риск распространения инфекционных заболеваний, удаляя с кожи вредоносные микроорганизмы, предотвращая тем самым заражение не только самого ребенка, но и окружающих его людей, и способствуя формированию здоровых привычек на всю жизнь.

В рамках реализации **профилактического проекта «Тропа здоровья»** инструктором-вирусологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведено игровое занятие «Супергерои гигиены: как защитить свое здоровье?» на базе ГУО «Детский сад №22 г. Речица». Благодаря игровой форме на занятии ребята узнали, на каких предметах больше всего находится микробов, когда и как правильно нужно мыть руки, чтобы защитить себя от болезней и сформировать привычку заботиться о своем здоровье.



Профориентация помогает молодым людям лучше понять свои интересы, сильные стороны и личные особенности. С помощью бесед со специалистами и знакомства с разными профессиями подростки получают возможность осознанно подойти к выбору жизненного пути. Это не просто поиск работы в будущем — это шаг к тому, чтобы найти дело, которое будет приносить радость, вдохновение и ощущение собственной значимости.

В рамках **профориентационной работы** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» была проведена профориентационная встреча «Санитарная служба – особое место в системе здравоохранения» с учениками ГУО «Средняя школа №4 г. Речица». Мероприятие было направлено на ознакомление выпускников с работой санитарной службы, её ключевой ролью в системе здравоохранения, а также возможностями для профессионального развития в данной сфере.



Курение – это театр самообмана. На сцене – человек с сигаретой, убеждающий себя: «Я брошу, когда захочу». Но за кулисами уже маячат безжалостные последствия: рак легких, инсульты, хронический кашель, бесплодие. Они не ждут приглашения. Они просто приходят. Но есть и другая сцена! Где человек гасит последнюю сигарету. Где он снова чувствует вкус жизни, вдыхает аромат весеннего дождя, смеется без сухого кашля.

В рамках реализации **профилактического проекта «За жизнь без сигарет»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с волонтерами ПО ОО «БРСМ» ГУО «Средняя школа № 4 г.Речицы» был проведён профилактический рейд по борьбе с табакокурением на территории ГУ «Речицкая СДЮШОР №1».



Артериальное давление — это сила, с которой кровь давит на стенки сосудов, и его уровень является одним из ключевых показателей здоровья сердечно-сосудистой системы. Повышенное или пониженное давление может долгое время не проявляться симптомами, но при этом наносить серьёзный вред организму, увеличивая риск инфаркта, инсульта, почечной недостаточности и других осложнений. Контроль артериального давления помогает своевременно выявить отклонения, предотвратить развитие хронических заболеваний и сохранить качество жизни. Регулярное измерение давления, здоровый образ жизни и соблюдение рекомендаций врача — основа эффективной профилактики.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с помощником врача УЗ «Речицкая ЦРБ» проведена акция «Контролируем давление – продлеваем жизнь!» на базе Гомельского РУП «Фармация» Аптеки №53



Семья – это больше, чем просто слово. Это место, где учат жить, учат любить и показывают, что настоящая сила – в близких. Семья – это люди, которые знают тебя до того, как ты сам понял, кто ты есть. Это те, кто помнит твои смешные пижамы с мишками, кто держал тебя за руку в моменты страха. Несмотря на все бури и невзгоды в мире, есть хотя бы одно место, где тебя всегда ждут, где ты по-настоящему нужен. И это место называется дом.

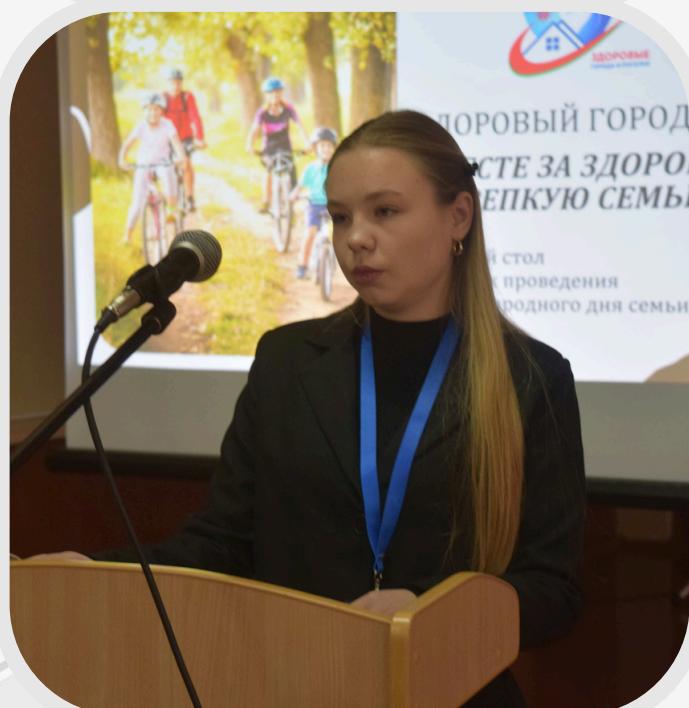
В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведена акция **«#СемьяЭтоСила»**, приуроченная к Международному дню семьи, на базе ГУО «Речицкая районная гимназия имени В.Ф. Маргелова».



15 мая 2025 года

Семья – это не просто кровные узы. Это связь, основанная на взаимном уважении, понимании и поддержке. Это место, где мы учимся первым жизненным урокам, где нас принимают такими, какие мы есть, со всеми нашими достоинствами и недостатками. Именно в семье мы находим тихую гавань, островок стабильности в бушующем море жизни.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведен круглый стол на тему «Здоровый город: вместе за здоровую и крепкую семью». Встреча, организованная с целью обсуждения вопросов укрепления института семьи, продвижения здорового образа жизни и нравственного воспитания молодежи, объединила представителей различных сфер, заинтересованных в благополучии Речицкого района.



16 мая 2025 года

Психическое здоровье подростков играет ключевую роль в их способности успешно учиться и развиваться. Подростковый возраст — это время эмоциональных перемен, повышенной чувствительности и стресса, особенно в условиях школьной нагрузки, экзаменов и давления со стороны сверстников или взрослых. Поддержка со стороны семьи, учителей и психологов помогает подросткам справляться с тревогой, усталостью и неуверенностью в себе. Важно не только требовать результатов, но и создавать условия, в которых подросток чувствует себя услышанным, понятым и принятым, — это укрепляет его психическое здоровье и мотивацию к учёбе.

В рамках реализации **профилактического проекта «Вместе к психическому благополучию!»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» на базе ГУО «Средняя школа № 11 г. Речицы» проведено итоговое занятия с помощью анкетирования, которое показало что ребята научились: лучше понимать себя и окружающих, открыто говорить о своих чувствах, справляться с тревогой и стрессом, быть внимательными к своему эмоциальному состоянию и не бояться обращаться за помощью. Этот проект подарил школьникам не только ценные знания и навыки, но и главное – ощущение поддержки и понимания. Ведь рядом всегда есть те, кто готов выслушать и помочь!



20 мая 2025 года

Лето — это пора весёлых игр, отдыха и новых впечатлений для детей. Однако важно помнить о правилах безопасности во время каникул. Родителям и педагогам следует напоминать детям о необходимости соблюдать осторожность на воде, вблизи дорог и в общественных местах. Также важно контролировать время, проведённое на солнце, и не забывать о защите от укусов насекомых. Безопасные каникулы — это залог того, что лето запомнится только радостными моментами.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** заведующий отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» принял участие в родительском собрании, посвященном обеспечению безопасности детей в летний период на базе ГУО «Средняя школа №6 г. Речицы им. С.В. Сыча».



Контроль артериального давления — важная часть заботы о здоровье, особенно с возрастом. Повышенное или пониженное давление может долгое время протекать без явных симптомов, но при этом постепенно наносить вред сердцу, сосудам, почкам и мозгу. Регулярные измерения помогают вовремя обнаружить отклонения и принять меры — изменить образ жизни, питание или начать лечение по рекомендации врача. Следить за давлением — значит предотвращать серьёзные осложнения, такие как инфаркт или инсульт, и сохранять качество жизни на долгие годы.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** специалистами ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с помощником врача УЗ «Речицкая ЦРБ» проведена акция «Контролируем давление — продлеваем жизнь!» на базе стоматологической поликлиники Речицкой ЦРБ.



27 мая 2025 года

Курение редко начинается с осознанного выбора... Чаще — это вызов, мода, подражание или желание «расслабиться». Но правда в том, что никотин — одно из самых быстро вызывающих зависимость веществ. Уже через несколько затяжек он начинает влиять на мозг, формируя прочную связь между сигаретой и ощущением «удовольствия». Однако у каждого есть выбор: сделать вдох — и не наполнять лёгкие дымом, пойти на перерыв — и не идти за сигаретой, начать день — и не с табачного дыма.

В рамках реализации профилактического проекта «За жизнь без сигарет» психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» совместно с волонтерами ПО ОО «БРСМ» ГУО «Речицкий районный лицей» был проведён профилактический рейд по борьбе с табакокурением на территории набережной реки Днепр.



Без дыма — со смыслом: акция против табака в молодёжной среде. Молодые, впечатлительные, ищущие себя — идеальная мишень для никотина. Яркая упаковка, модные вейпы, ароматизированные жидкости — всё это лишь обманчивый фасад отравленного товара. Это уже не просто привычка — это ловушка, замаскированная под стиль жизни.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведена информационно-образовательная акция «Без дыма», приуроченная ко Всемирному дню без табака, на базе УО «Речицкий государственный технический колледж». Целью акции стало повышение уровня информированности обучающихся в отношении пагубных последствий потребления табака, формирование у молодежи мотивации на здоровый образ жизни и сохранения здоровья. В интерактивной форме учащиеся выразили своё негативное отношение к курению и сделали шаг к осознанному выбору — жить без зависимости.



30 мая 2025 года

Сегодня пачка сигарет в кармане школьника уже не вызывает шока. Реклама табака давно ушла с телеэкранов, но осталась в клипах, соцсетях, в романтизации образа «крутого» с сигаретой. Организм подростка еще формируется. Его легкие, сердце, мозг — все это мишени для никотина и смол. Каждая сигарета — удар по сосудам, кислородному обмену, иммунитету. Но даже это — не главное. Главное то, что курение разрушает внутреннюю свободу. Оно делает подростка зависимым, послушным химии, а не себе.

В рамках реализации **профилактического проекта «Речица - здоровый город»** психологом отделения общественного здоровья ГУ «Речицкий зональный ЦГЭ» проведена информационно-образовательная акция «Вдохни жизнь без табака!», приуроченная ко Всемирному дню без табака, на базе УО «Речицкий государственный аграрный колледж». Ребята высказались против курения, став частью коллективного манифеста оставляя свой #ХэштэгВыбора на стенде.

