



## **Концепция проведения Всероссийской профилактической акции, приуроченной к Всемирному дню здоровья – «Будь здоров!»**

**Организаторы:** ФГБУ «Федеральный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского» Минздрава России, ФГБУ «Государственный научно-исследовательский центр профилактической медицины» Минздрава России, Центры/кабинеты медицинской профилактики, центры здоровья субъектов РФ, Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики».

**Партнеры:** Министерство здравоохранения Российской Федерации, Федеральное агентство по делам молодежи, ФГБУ «Роспатриотцентр», «Российское движение школьников».

**Дата проведения:** 7-9 апреля 2017 года

**Формат:** дни единых действий

**Охват:** 85 субъектов РФ

**Слоган Акции:** «Депрессия: давай поговорим»

**Цель акции:** повышение уровня информированности населения в вопросах депрессии, ее причинах и возможных последствиях, о существующих видах помощи по профилактике и лечению депрессии, а также выявление ее факторов риска (по данным Всемирной организации здравоохранения (далее - ВОЗ). В том числе популяризация здорового образа жизни, привлечение внимания жителей страны к повышению уровня физической активности, как одних из основных способов сохранения психического здоровья человека.

### **Задачи акции:**

- Повышение уровня информированности населения в вопросах депрессии и ее факторов риска;
- Формирование у населения навыков по преодолению стрессовых ситуаций;
- Предоставление общих рекомендаций по сохранению физического и психического здоровья;
- Популяризация здорового образа жизни.

### **Подготовка к акции 7 апреля:**

1. Проведение онлайн-лекции экспертами ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П. Сербского» Минздрава России для медицинских специалистов на тему «Просто о депрессии» на Всероссийской образовательной интернет-площадке «Интернист».
2. Проведение лекции экспертами ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П. Сербского» Минздрава России для ВОД «Волонтеры-медики» по необходимым навыкам для работы с населением в рамках представленной темы Акции.
3. Подготовка памяток на тему депрессии для последующего распространения в субъектах РФ.
4. Направление писем от организаторов Акции в региональные представительства своих организаций, в Минздрав России, СМИ.



### План мероприятий в рамках Акции:

План мероприятий	Участники акции
I. Выявление факторов риска депрессии, функциональных и адаптивных резервов организма с учетом возрастных особенностей граждан.	Центры / кабинеты медицинской профилактики, Центры здоровья, Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики».
II. Организация и проведение спортивно-образовательных мероприятий, целью которых является популяризация ЗОЖ, предотвращение стрессовых ситуаций и различные физические активности.	«Российское движение школьников», Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики», Центры / кабинеты медицинской профилактики, Центры здоровья.
III. Распространение информационных памяток среди населения.	Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики», Ассоциация волонтерских центров (при участии серебряных волонтеров)

### Сроки подготовки дополнительных материалов организаторами:

Подготовка дополнительных материалов в срок до 31.03.2017	Распространение материалов в срок до 31.03.2017
Памятка-листочек А5 двухсторонняя	Рассылка по электронной почте всем партнерам Акции, публикация материала на сайтах организаций-участниц, в группах в соц. сетях организаторов.
Краткие рекомендации по работе с населением	Рассылка по электронной почте волонтерским центрам АВЦ и региональным отделениям ВОД «Волонтеры-медики»

**Справочная информация:** В 1948 году была создана ВОЗ и, начиная с этого года, 7 апреля было объявлено Днем здоровья, ежегодно отмечаемого в странах-членах организации вплоть до настоящего времени. Праздник отмечают для того, чтобы общество задумалось, насколько важен вопрос сохранения здоровья, а также о том, что нужно заботиться не только о себе, но и об окружающих. Темой кампании по проведению Всемирного дня здоровья 2017 года будет депрессия.

Во всем мире негативные стереотипы, связанные с психическими заболеваниями, включая депрессию, по-прежнему мешают людям обращаться за помощью. Обсуждение проблемы депрессии с членом семьи, другом или профессиональным медработником; в более крупных группах людей, например, в школе, на рабочем месте и на социальных мероприятиях; в обществе, в новостных СМИ, блогах или социальных сетях, – все это помогает разрушить негативные стереотипы и подтолкнуть все большее число людей к тому, чтобы, наконец, обратиться за помощью (по данным ВОЗ).