

О реализации в Глусском районе проекта «Глуск - здоровый городской поселок»

В Глусском районе в течение четырёх лет реализуется профилактический проект «Глуск – здоровый городской поселок». В рамках реализации проекта принято решение РИК от 21.02.2017г. №5-14 «О создании комиссии по разработке и реализации плана мероприятий проекта «Глуск – здоровый городской поселок» на 2017 – 2021 годы» и разработан проект плана.

Решением Глусского РИК № 5-5 от 02.02.2018г. принят Комплексный план проекта «Глуск – здоровый городской поселок на 2018 – 2022 годы»

По промежуточным результатам реализации проекта, 05 февраля 2020г. принято решение Глусского РИК № 5-7 «О принятии мер по продвижению проекта «Глуск – здоровый городской поселок» на 2018-2022годы», этим же решением утверждены критерии эффективности реализации проекта.

Для достижения ожидаемых результатов в ходе реализации проекта специалистами УЗ «Глусский райЦГЭ» ежегодно анализируются индикаторные показатели состояния здоровья населения.

С учетом анализа общественного здоровья, результатов мониторинга среды обитания выделяются проблемные направления работы с населением.

По данным направлениям разрабатываются конкретные мероприятия.

Ведется работа по сокращению потребления табака на территории Глусского района.

Глусским РИК принято распоряжение № 222 от 18.10.2011г. «О противодействии потреблению табака и борьбе против табакокурения в Глусском районе»: организованы зоны, свободные от табачного дыма на остановочных пунктах городского транспорта (установлены знаки с предупредительной надписью о запрете курения).

27.12.2018г. Глусским РИК принято распоряжение №200-р «О создании в г.п. Глуск зон, свободных от табачного дыма» установлены две парковые зоны: парк «Центральный», парковая зона напротив ГУ СШ№2.

Запрещающие знаки (символы) о запрете курения размещены в зданиях: городской бани, котельных, гостинице, общежитиях, в многоквартирных домах, находящихся в хозяйственном ведении Глусского УКП «Жилкомхоз».

Сотрудниками Глусского РОВД обеспечивается контроль за соблюдением требований законодательства Республики Беларусь по борьбе с табакокурением - мониторингом по вопросу соблюдения запретов на курение охвачено 126 объектов (в 2020 году охвачено 118 объектов).

Создание условий для занятий физкультурой и спортом.

В районе имеется 62 спортивных сооружений, в том числе 1 стадион, 10 спортзалов, 1 бассейн, 1 мини-бассейн, 9 приспособленных помещений, 29 плоскостных сооружений, 10 спортивных ядер.

Проводится целенаправленная работа по развитию физической культуры и спорту. Количество занимающихся в 2021 году составило 27,4 % к числу жителей района, (2020 – 25,1, 2019 - 23,09 % ,). Занятия ведутся в спортивных секциях, кружках и на факультативах. Проводятся районные спартакиады: спартакиада среди организаций и предприятий (12 видов), спартакиада среди учащихся школ района (21 вид), проводятся турниры, спортландии, первенства, посвященные праздникам и знаменательным датам.

Физкультурно-оздоровительную работу по месту жительства с детьми и подростками, взрослым населением, пожилыми людьми и инвалидами проводит физкультурно-спортивный клуб, при котором функционируют группы атлетической гимнастики, таэквон-до, настольного тенниса, футбола, волейбола, физкультурно-оздоровительные группы.

Ведется работа с пожилыми людьми, организуются занятия по оздоровлению и укреплению здоровья:

5 групп – 56 чел. (возраст 55 лет и старше), 2020 г. – 48 чел.;

Все учащиеся и взрослое население проходят медицинский контроль в поликлинике и приносят справки допуска к занятиям физкультурой и спортом. Подготовку спортивного резерва в районе осуществляет ГСУСУ «Детско-юношеская спортивная школа г.п. Глуска», специализирующаяся по 3-м видам спорта: баскетболу, гандболу, дзюдо, где занимаются около 200 спортсменов-учащихся или 14,2 % от общего числа учащихся.

За 2021 год повысили спортивное мастерство до уровня 2, 3 и юношеских разрядов 49 спортсменов-учащихся (в 2020 – 46), 1 разряд присвоен спортсменке-учащейся отделения дзюдо.

В спортивной школе уделяется серьезное внимание соблюдению участниками учебно-тренировочного процесса санитарно-гигиенических норм, правил техники безопасности и требований пожарной безопасности.

Со спортсменами-учащимися в течение учебного года не менее 4-х раз проводится инструктаж по обучению мерам безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий, спортивно-массовых мероприятий, в период проведения культурно-массовых мероприятий, оздоровительной кампании.

Тренерами-преподавателями систематически проводятся профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма и несчастных случаев. Благодаря целенаправленному санитарно-просветительскому и оздоровительно-гигиеническому воспитанию спортсменов-учащихся за истекший учебный год случаи травматизма детей и тренеров-преподавателей в школе зафиксированы не были.

Обеспечение здоровым питанием населения

Глусским райПО налажен выпуск хлебобулочной продукции с использованием зерновых смесей, отрубей; освоен выпуск улучшенных сортов хлеба с использованием сухофруктов (чернослив, изюм). Например булка «Зерновая», в ее составе среди прочих ингредиентов есть семена льна, они, как известно, улучшают работу кишечника. Также полезны для кишечника

и отруби, они содержатся в булке «Здоровье», добавляют отруби также в обогащенный пищевыми волокнами хлебец «Здравушка». Диетические виды хлебобулочных изделий — хлебец «Повседневный диабетический», хлеб «Вкусный зерновой», сухарики «Гурман» и др.

В 2021 году лабораторией Глусского райпо было разработано и укоренено 18 наименований хлебобулочных изделий, в том числе 7 новых видов хлеба из ржаной и ржано-пшеничной муки, и 14 наименований кондитерских изделий.

Во всех учреждениях образования Глусского района, для усовершенствования и автоматизации процесса организации питания установлены программы расчета меню.

Улучшение условий труда на рабочих местах.

В коллективных договорах организаций Глусского района имеются следующие пункты:

- о выделении нанимателями средств на содержание и ремонт спортивных объектов;
- о применении мер морального и материального поощрения работников за участие в спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях, победу в них, содействие в их организации и проведении;
- сохранение заработной платы за периоды участия в спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях, оплата (возмещение) расходов на проезд к месту их проведения и обратно, иных расходов, связанных с их проведением (в том числе расходов на оплату труда методистов и тренеров),
- выделение собственного автотранспорта для перевозки участников мероприятий;
- вручение ценных подарков (призов), абонементов на посещение бассейна и т. п. работникам, ведущим здоровый образ жизни, участвующим в спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

С августа 2019 года по август 2022г в ГЛХУ «Глусский лесхоз» реализовывался профилактический проект: «Здоровье жизнь! За него держись!»

За время реализации проекта достигнута цель по созданию системы формирования, сохранения и укрепления здоровья сотрудников ГЛХУ «Глусский лесхоз», реализован потенциал здоровья для ведения активной производственной, социальной жизни.

Выполнены задачи:

- повышен уровень знаний работников по основным факторам риска развития, по основным методам профилактики неинфекционных заболеваний;
- увеличена доля лиц, ведущих образ жизни, способствующий сохранению и укреплению здоровья на 1,5%(согласно проведенному анкетированию);

- снижены трудовые потери от временной нетрудоспособности на 0,6%;
- увеличено число работников, контролирующих рацион и режим питания на 4,9% (согласно проведенному анкетированию);
- снижено употребление табака на 0,7% и алкогольных напитков на 1% (согласно проведенному анкетированию).

Создание условий для активного отдыха населения

В центральном парке установлена детская игровая площадка, на центральном стадионе дополнительно к детской площадке установлены тренажеры под навесом, во дворах около домов № 98 и 100 по улице Кирова в Глуске установлены новые детские игровые площадки.

По решению руководства района проведено масштабное благоустройство зоны отдыха у воды возле ольницкого озера. Работы выполнили ПМК-86 «Водстрой» и Глусский лесхоз.

Глусский район известен своей природой, утопающий в зелени лесов и болот, издавна привлекал на свои земли охотников разных возрастов и сословий. Уникальная природа, чистый воздух, площадь охотничьих угодий – 15,8 тыс.га., профессиональные егеря, большая численность животных: лось, кабан, косуля, бобр, глухарь, тетерев, волк, заяц, лиса.

Глусский филиал Автопарк №15 ОАО «Могилевоблавтотранс» является турагентом по организации охотничьих туров в Глусском районе и туроператором экскурсионных услуг по Республике Беларусь, а также на территории Российской Федерации и Украины.

Также в районе разработаны 5 туристических маршрутов, из них 2 водных.

На прудах в аг. Заелица Глусского района расположен Дом рыбака, где турист может отдохнуть, приготовить пищу, переночевать, заняться рыбалкой и поплавать на водном велосипеде.

В д. Доколь расположен комфортабельный охотничий дом на 7 спальных мест. Кухня обустроена газовой плитой и всем необходимым инвентарем. Имеется душевая кабина, баня и бильярдный стол.

С целью оценки поведенческих факторов риска, среди совершеннолетних жителей г.п. Глуск в 2021 г. УЗ «Глусский райЦГЭ» было проведено социологическое исследование методом анкетного опроса, участие в котором приняло 300 человек (150 мужчины и 150 женщин).

По итогам проведенного социологического исследования, подведены полученные в ходе него выводы:

- ✓ рейтинг ценности «здоровья» является самым высоким в системе жизненных ценностей респондентов. Значимыми также являются семья, дети, материально обеспеченная жизнь, любовь, душевный покой, комфорт, интересная работа, профессия, дружба;

- ✓ большинство респондентов положительно оценивают состояние своего здоровья: 26,4% как «хорошее», 62,4% - «удовлетворительное». 3,9% указали на проблемы со здоровьем, остальные затруднились дать оценку;

- ✓ среди факторов, ухудшающих здоровье, респонденты чаще остальных отмечали следующие: стресс, экологические условия, материальное положение, условия работы (учебы), качество питания и медицинской помощи;

- ✓ среди взрослого населения г.п. Глуск курит 27,4%. Чаще остальных курят молодые люди в возрасте до 30 лет;

- ✓ две трети респондентов не одобряет курение в различных общественных местах. 51% считают, что в стране необходимо ужесточать меры по борьбе с табакокурением;

- ✓ 16,2% респондентов никогда не употребляют алкоголь, остальные делают это с различной регулярностью: 53,5% - несколько раз в год; 26,2% - несколько раз в месяц; 2,7% - несколько раз в неделю; 1,4% - ежедневно. Мужчины употребляют алкоголь чаще женщин. В зону особого риска в этой связи попали люди средней и старшей возрастной категории;

- ✓ 64,1% опрошенных уделяют физической активности (физические упражнения, ходьба, бег, танцы, спорт и т.д.) не менее 20 минут в день; Наиболее активной возрастной группой оказались молодые люди до 30 лет. Чаще всего физическая активность населения связана с выполнением труда или носит бытовой характер;

- ✓ большинство населения изучаемой административной территории стремится к соблюдению правил рационального питания, однако предпринимаемые меры недостаточны. Наиболее популярные из них: «обязательный завтрак», «прием пищи не менее 3 раз в день», «контроль сроков годности продуктов», «ограничение употребления жирной пищи»;

- ✓ проведенное исследование выявило высокий уровень потребления соли каждым пятым жителем Глуска;

- ✓ согласно самооценок респондентов, каждый второй имеет лишний вес;

- ✓ около 35% респондентов за последний год предпринимали отдельные шаги по улучшению своего самочувствия: пытались скорректировать свое питание, снизить массу тела, увеличить физическую активность, отказаться от вредных привычек. Однако удалось добиться успеха в этом в среднем лишь каждому четвертому;

- ✓ около двух третей респондентов прошли за последний год отдельные виды обследований;

- ✓ 29,9% респондентов отметили, что периодически отмечают у себя повышение АД, 14,2% - выставлен диагноз артериальная гипертензия;
- ✓ Повышенный уровень глюкозы в крови отмечают у себя 8,9% респондентов (38,2% никогда не контролируют его). Повышенный уровень холестерина в крови имеют 8,1% (52,6% - не знают свой уровень холестерина);
- ✓ большинство респондентов всегда могут вызвать скорую помощь или врача на дом в своем населенном пункте. Некоторые трудности участники опроса отмечают с прохождением диагностического обследования у узких специалистов, покупкой необходимых медикаментов, а также получением направления на госпитализацию;
- ✓ около 80% жителей г.п. Глуск отметили, что по месту их жительства есть благоустроенные дворовые площадки, стадион, беговые дорожки, физкультурно-оздоровительные учреждения, спортивные секции для детей, центры и кружки детского творчества, зоны отдыха для детей и семей с детьми. При этом только треть опрошенных регулярно пользуются этой инфраструктурой;
- ✓ две трети населения полностью либо частично удовлетворены условиями жизни в своем населенном пункте;
- ✓ около половины населения знают о запуске проекта «Глуск – здоровый городской поселок», примерно столько же возлагают на него надежды в решении различных социальных проблем.

В соответствии с полученными результатами исследования можно выделить следующие приоритетные области, реализация мероприятий в которых, даст наиболее перспективные возможности для улучшения состояния здоровья жителей Глуцкого района:

- одним из важнейших направлений деятельности по формированию здорового образа жизни среди населения должно продолжаться повышение его мотивации, формирование понимания необходимости позитивных изменений в образе жизни и поддержка стремления граждан к таким изменениям, в частности, путем повышения их медико-гигиенических знаний, создания соответствующих мотиваций в отношении к своему здоровью, создания благоприятных условий, выработки умений и навыков здорового образа жизни;
- привычки поведения, вызывающие проблемы со здоровьем в будущем, обычно формируются в детском и подростковом возрасте и вносят свой вклад в общее ухудшение здоровья. Поэтому разрабатываемые профилактические мероприятия должны предусматривать раннее начало профилактической работы среди детей и подростков. Вместе с тем, особое внимание надо уделить профилактике алкоголизма и табакокурения среди лиц средней и старшей возрастных категорий;
- необходимым является дальнейшее развитие в г.п. Глуск спортивной инфраструктуры, в первую очередь, создание в шаговой доступности малых спортивных объектов (благоустроенных спортивных площадок во дворах и парках города, велосипедных и беговых дорожек,

турников и т.п.). Для широкого распространения среди населения занятий физической культурой и спортом важным направлением деятельности является обеспечение финансовой доступности спортивно-оздоровительных учреждений и услуг для различных социально-демографических групп населения;

➤ необходимым является также проведение массовых спортивных мероприятий (соревнований, марафонов, спартакиад, велоаездов) среди различных групп населения;

➤ необходимо развитие досуговой инфраструктуры (открытие зон отдыха, парков, скверов);

➤ востребованными являются меры по повышению качества и доступности медицинской помощи.

Эффективность мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, чаще всего наблюдаются при сочетании следующих условий – высокой мотивации, активности индивида и доступности благоприятных для здоровья условий. В данной связи именно эти направления необходимо считать приоритетными. Это означает, что в рамках проекта «Глуск – здоровый городской поселок» усилия всех заинтересованных сторон должны быть направлены на создание стимулов ответственного и заинтересованного отношения населения к собственному здоровью, а также на повышение доступности благоприятных для здоровья условий жизни.