здоровое поколение
ВСЕРОССИЙСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

АНО ДПО «Университет персонализированной диетологии и нутрициологии»
Образовательная лицензия: 040796 серия 77Л01 N 0011727
117246, г. Москва, Муниципальный округ Черемушки, проезд Научный, д. 17, ком. 5-4

№ 24-2.03 от 13.02.2025

Министру образования
Красноярского края
Маковской С. И.

Уважаемая Светлана Ивановна!

В рамках информационной поддержки тематической недели Министерства здравоохранения и привлечения общественного внимания к важности поддержания и укрепления иммунитета (в честь Всемирного дня иммунитета 1 марта) Всероссийским проектом «Здоровое поколение» были разработаны следующие презентационные материалы:

- пресс-релиз;
- видеоролик информационного характера.

Согласно исследованиям, лишь 10% россиян обладают иммунитетом, защищающим от большинства заболеваний. При этом, установлена прямая взаимосвязь между образом жизни и эффективностью иммунного ответа: данные показатели коррелируются в 50% случаев.

В связи с развитием протестного антипрививочного движения считаем особенно важным подчеркнуть значимость профилактики во Всемирный день иммунитета (1 марта) на базе подведомственных Министерству здравоохранения учреждений и путем распространения разработанных материалов в социальных сетях госучреждений (госпабликах).

Предлагаем Вам разместить вышеуказанные материалы на следующих ресурсах:

- официальные группы организаций в социальных сетях;
- официальные сайты учреждений;
- профессиональные чаты;
- иные способы популяризации информации.

Родители (законные представители) и медицинское сообщество могут бесплатно воспользоваться разработанными материалами, которые помогут объяснить детям, что поддержание и укрепление иммунитета - ключевая основа здорового образа жизни и долголетия.

Органы исполнительной власти 84 регионов РФ оказывают поддержку проекту, а его участниками стало уже более 100 000 семей нашей страны.

Медиаохват информационных кампаний, проводимых проектом “Здоровое поколение”, в 2023 и 2024 гг. превышает 3,74 млн граждан РФ.

Ссылка на материалы: https://disk.yandex.ru/d/DEHYqiESreksjg

Благодарим за рассмотрение обращения. Письмо по результату направлять необязательно. Контактное лицо: Елена Владимировна, +7 988 062 90 72

Генеральный директор
Пустовая К.В.

Пресс-релиз

🛡️ Хотите крепкий иммунитет, чтобы всегда быть здоровым?

Всё начинается с простых, но важных привычек. Иммунная система — это не магия, а результат нашего ежедневного ухода за собой. Текущая неделя объявлена Минздравом РФ неделей поддержания и укрепления иммунитета (в честь Всемирного дня иммунитета 1 марта).

Давайте вместе разберемся, как можно укрепить иммунитет в несколько шагов.

🔑 Пять простых привычек для сильного иммунитета от врачей и экспертов «Здорового поколения» @zdorovoe_pokolenye_rf:

1️⃣Сон — это основа. Недосып снижает защитные силы организма! Постарайтесь спать не меньше 7-8 часов.

2️⃣Питание, богатое витаминами и минералами. Добавьте в рацион больше фруктов, овощей и продуктов с пробиотиками.

3️⃣Умеренные физические нагрузки. Спорт активирует иммунные клетки. Даже утренние упражнения или прогулка по 30 минут — уже большой шаг!

4️⃣Гидратация. Вода помогает клеткам иммунной системы работать эффективно.

5️⃣Психологическое здоровье. Стресс ослабляет иммунитет, а хорошее настроение — наоборот. Найдите свои способы расслабиться!

🚨Часто мы откладываем визит к врачу до появления очевидных симптомов. Но что если проблему можно предотвратить заранее?

Укрепляя защитные силы организма, мы дадим мощный отпор, когда болезнь окажется на пороге. А проект «Здоровое поколение» - помощник в вопросе иммунитета каждый день.

Сегодня — лучший день, чтобы начать! 💪

Пусть на смену зиме придет весна здоровья!

#ЗдоровоеПоколениеИммунитет

Контактное лицо:
Елена Владимировна,
+7 988 062 90 72

здоровое поколение
ВСЕРОССИЙСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

57 937 + российских семей в проекте

Проект «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ» это:

- 250 онлайн-уроков
- Гайды и методички
- Ответы на вопросы о питании детей
- Детский калькулятор КБЖУ

Все материалы разработаны врачами-педиатрами, эндокринологами, психологами, диетологами и нутрициологами.

благодаря материалам вы сможете

1. **Предотвратить** появление или **справиться с** имеющимися **заболеваниями ЖКТ**
2. **Заложить** с раннего детства **принципы ЗОЖ**
3. **Подарить здоровое будущее** своей семье

Зарегистрируйтесь и будьте здоровы всей семьей!

2024 ГОД СЕМЬИ

Социальная реклама:
АНО ДПО «УПДН»
ОГРН: 1237700347664

Контактное лицо:
Елена Владимировна,
+7 988 062 90 72