

О реализации проекта «Здоровье - мой выбор и успех!»

Гигиена человека - залог здоровья и красоты

„Если человек сам следит за своим здоровьем,
то трудно найти врача, который знал бы
лучшее полезное для его здоровья, чем он сам.“

Сократ

22 декабря 2025 года специалистами отдела общественного здоровья Витебского зонального ЦГЭ в ГУО «Средняя школа № 11 г. Витебска имени М.М. Бахтина» 6 классе Г в рамках реализации информационно-образовательного проекта «Здоровье - мой выбор и успех!» был проведен тематический час на тему: «Гигиена человека - залог здоровья и красоты. Правила респираторного этикета».

В рамках тематического часа специалисты рассказали школьникам о разделах личной гигиены: как правильно содержать в чистоте и ухаживать за телом и волосами. Также уделили внимание правилу мытья рук, показали, как нужно делать правильно и напомнили: чтобы зубы были здоровыми и красивыми необходимо ежедневно соблюдать правила гигиены полости рта. Обсудили важность соблюдения гигиены одежды и обуви, а также формирование полезных привычек для сохранения здоровья, с акцентом на индивидуальные средства гигиены (зубная щётка, мочалка, расчёска) и профилактику заболеваний.

Для закрепления материала школьникам было предложено поучаствовать в тематической викторине: «Личная гигиена» и разгадать кроссворд «Надо, надо умываться по утрам и вечерам».

Врач по медицинской профилактике Папкова А.А

22.12.2025