

Государственное казенное учреждение  
«Курганский областной Центр медицинской профилактики»

**ПРОГРАММА**  
**по формированию основ**  
**здорового образа жизни**  
**у населения**  
**Курганской области**

2016-2017 год

В Центре бесплатно работают школы здоровья для населения

Школы здоровья в ГКУ «Курганский областной Центр медицинской профилактики» - это прекрасный способ узнать больше о здоровом образе жизни, возможность распрощаться с вредными привычками и укрепить свое здоровье.

Школы проходят в формате группового занятия, но несмотря на это, каждый участник школы получает индивидуальные рекомендации по ведению здорового образа жизни.

**1. Школа для желающих бросить курить**

В рамках школы можно будет узнать неизвестные факты о вреде курения, пройти тестирование и узнать свой статус курильщика.

Время работы: среда с 14.30 до 16.30 ч.

**2. Школа правильного питания**

В рамках школы можно будет узнать каким должно быть питание здорового человека? как влияет питание на здоровье?.

Время работы: вторник с 14.30 до 16.30 ч.

**3. Школа основ здорового образа жизни**

В рамках школы можно будет узнать об основных поведенческих факторах риска для здоровья и о том как с ними справиться.

Время работы: четверг с 14.30 до 16.30 ч.

**4. Школа репродуктивного здоровья**

Время работы: понедельник 14.00 ч.

**5. Школа будущих родителей**

Время работы: пятница 14.00 ч.

Справки по телефону: 23-82-57.

**Все школы проводятся БЕСПЛАТНО!**