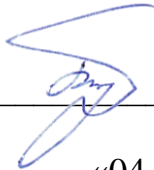


«Утверждаю»  
ГБУЗ ОТ ВО «ОЦОЗ и МП»  
Главный врач

  
Бровцев О.В.  
«04 » февраля 2025 г.

## **Положение о проведении конкурса по поддержке иммунитета, посвященного Неделе поддержки иммунитета, в соответствии с Тематическим планом Министерства здравоохранения РФ**

### **1. Общие положения.**

1.1. Настоящее Положение о конкурсе, посвященном Неделе поддержки иммунитета, в соответствии с тематическим Планом Министерства здравоохранения РФ, определяет порядок подготовки, проведения и критерии оценки результатов конкурса.

### **2. Цель и задачи конкурса.**

- 2.1. Привлечь внимание населения Владимирской области к важности поддержания иммунитета и принципам здорового образа жизни.
- 2.2. Воспитать активную жизненную позицию. Пропагандировать здоровый образ жизни.
- 2.3. Создать условия для поддержки и развития творческой активности детей, взрослых, старшего поколения Владимирской области.

### **3. Организаторы конкурса.**

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения особого типа Владимирской области «Областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».

### **4. Участники Конкурса.**

- 4.1. Для участия в Конкурсе приглашаются все обучающиеся Владимирской области с 1 по 11 класс;

- 4.2. Трудоспособное население Владимирской области;
- 4.3. Старшее поколение жителей Владимирской области.

## **5. Тема работы**

**Тема работы: «Укрепляем иммунитет правильно».** Известно, что предназначение иммунной системы человека – охрана организма от воздействия болезнетворных микроорганизмов и вирусов, причем не только от микробов и паразитов, но и от выходящих из-под контроля клеток собственного организма.

- Что неблагоприятно влияет на иммунитет:

- Неправильный образ жизни (употребление алкоголя, курение, малое количество физической активности);
- Стрессы, депрессивное состояние, повышенная раздражительность, усталость и плохой сон;
- Окружающая среда;
- Неправильное питание.

- Иммунная защита организма напрямую зависит от того, что мы едим. Белковая пища обеспечивает организм необходимыми аминокислотами для образования антител и других агентов иммунитета. Жиры нужны для построения иммунных клеток, а углеводы дают энергию для функционирования иммунной системы.

- Существуют продукты, которые способны укрепить защитные функции организма – лимон, имбирь, зеленый чай, фрукты, каши из цельного зерна, кисломолочные продукты, ягоды, миндаль.

- Людям в возрасте 65 лет и старше желательно сделать вакцину от пневмококка.

## **6. Номинации**

**Работы принимаются по следующим номинациям:**

**6.1** Рукоделие в разных техниках шитье/макраме/вязание с приложением описания влияния изготовленной поделки, работы на ЗОЖ (например, связанный фрукт с описанием его полезных свойств, витаминов);

**6.2.** Изготовление поделок оригами/аппликации/пластилин/глина и др. с приложением описания влияния изготовленной поделки, работы на ЗОЖ (например, аппликация «Фруктовая корзина» с описанием полезных свойств, витаминов и влиянием на поддержку иммунитета);

**6.3.** Видеоролики «Заботимся о здоровье вместе». Коллективные занятия спортом, ходьбой на свежем воздухе и др. Требования к видеоролику: длительность не более трех минут, четкое изображение, музыкальное сопровождение.

**Оценка жюри проводится в номинациях по возрастам участников:**

- 7- 10 лет (1- 4 класс);
- 11- 14 лет (5- 8 класс);
- 15- 17 лет (9-11 класс);
- 18 - 49 лет;
- 50 + .

## **6. Требования к оформлению работ**

6.1. На Конкурс 1 человек/ коллектив может предложить 1 работу.

6.2 К конкурсной работе прилагается «Визитная карточка участника» с указанием фамилий и имен участников, указанием класса, школы, коллектива, учреждения и названия работы, контактных номеров телефонов (по форме согласно приложению 1).

6.3. Не допускаются к участию в конкурсе и не рассматриваются анонимные работы (не содержащие информацию об участнике конкурса).

5.7. Работы передаются по адресу: г. Владимир, ул. Большая Нижегородская д.65, 600020. Видеоролики направляются на электронную почту: [ocmp33@mail.ru](mailto:ocmp33@mail.ru) с указанием в теме «Конкурс по укреплению иммунитета».

## **6. Работа жюри.**

6.1. Жюри конкурса формируется организаторами Конкурса.

6.2. Жюри определяет победителей Конкурса по возрастам и номинациям, руководствуясь следующими критериями:

- соответствие изложенного материала заявленной теме;
- уровень владения материалом;
- творческий подход к оформлению работы

6.3. Решение о победителях Конкурса принимается простым большинством голосов от числа членов жюри, присутствующих на заседании.

## **7. Организация и сроки проведения Конкурса.**

8.1. Конкурс проводится с **06 февраля по 1 апреля 2025 года.**

8.2 Работы на Конкурс принимаются в срок до **1 апреля 2025 года.**

8.3. Итоги Конкурса подводятся до **14 апреля 2025 года.**

## **9. Подведение итогов Конкурса и награждение победителей.**

9.1. Победители (1-3 место) Конкурса определяются по результатам выполненных работ.

9.2. Победителям Конкурса вручаются дипломы и подарки.

9.3. Информация о победителях конкурса публикуется в средствах массовой информации, на сайтах и в социальных сетях.

## **10. Состав комиссии.**

Конкурсная комиссия ГБУЗ ОТ ВО «ОЦОЗиМП»:

Главный врач – О.В. Бровцев

Заведующий отделом организации медицинской профилактики - Ильин А.И.;

Врач-методист отдела организации медицинской профилактики – М.А. Макарова;

Заведующий отделом муниципальных и корпоративных программ -Онуфриенко Ю.В.

Заведующий отделом мониторинга факторов риска - Крылова Н.С.

## **11.Особые отметки**

1. Все решения экспертной комиссии оформляются протоколом.
2. Экспертная комиссия не комментирует выбор победителей.

