Участие Всероссийского общественного движения «Волонтеры — медики» в проекте «Таланты России»

Открытый квалификационный международный проект «Таланты России» является важным звеном в развитии дополнительного образования в сфере культуры нашей страны, с постоянной периодичностью он проходит во многих городах.

Помимо творческой части проект «Таланты России» в своей работе придерживается государственной политики патриотического воспитания и идеологических ценностей. Квалификационный сезон 2021–2022 гг. под девизом «Мы выбираем жизнь» посвящен здоровому образу жизни.

Здоровье нации является общественной ценностью. Это одна из главных составляющих счастья каждого человека, это драгоценность, которую нужно беречь с малых лет. Тренд на здоровый образ жизни отмечался всегда, но на фоне пандемии он приобрел особое значение. Быть физически активным, позитивным, употреблять здоровую пищу становится модным.

Одна из целей проекта «Таланты России» этого сезона — увеличить долю граждан, приверженных здоровому образу жизни. Идею проекта поддержали ФБУЗ ФЦГиЭ Роспотребнадзор, ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора, ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины» Минздрава России, Российское общество профилактики неинфекционных заболеваний, Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики».

Совместно с ВОД «Волонтеры–медики» проект «Таланты России» проводит активности затрагивающие темы здоровья. Региональные координаторы волонтеров-медиков поделились об опыте участия в проекте и о важности сотрудничества.

Екатерина Галдина, региональный координатор в городе Брянске: «Во время мероприятия в Брянске, мы проводили флэшмоб “Обработка рук” и рассказывали зрителям про Covid-19 и вакцинацию. Во время выступления волонтеры — медики взаимодействовали с залом. Дети, которые там присутствовали, активно принимали участие и пытались обработать руки, а после выступления волонтеров научились делать это самостоятельно. Также зрители внимательно выслушали про Covid и его профилактику. По окончании мероприятия наши волонтеры получили благодарственные грамоты. Организаторы поделились с нами, что проведенное выступление всем очень понравилось.

На самом деле мы играем очень важную роль, потому что люди забывают, что в принципе существует добро на земле, ко всему относятся скептически и с какой-то выгодой. Многие не верят, что это проходит чисто на инициативе, они считают, что за это

как-то поощряют. Второе, что важно, на данный момент у нас существует немного пропаганды здорового образа жизни, в плане на телевидении и на каких-то других мероприятиях. И это как бы дополнительный толчок, напоминание. Ведь все об этом знают, все когда-то пробовали себя в данном направлении, именно в ЗОЖ, но за рутиной жизни, за бытовым содержанием все это забывается, и люди начинают выбирать что побыстрее, что полегче и что попроще. Такие мероприятия очень важны для того, чтобы напомнить, что лучше всего следить за здоровьем, смотреть за сигналами, которые подает наш организм в определенные моменты, на которые не всегда мы можем отреагировать, а если даже отреагировали, то забыли провести какие-то процедуры, либо в должном образе оказать себе внимание. Поэтому я считаю это очень важно».

Об участии волонтеров-медиков в городе Петрозаводске рассказал региональный координатор **Дмитрий Коршаков**: «Зрители с инициативой восприняли наш флэшмоб “Как правильно мыть руки”, который мы показали на сцене. Потому что в принципе, все знают, что такое мытье рук, но правильно ли они это делают, никто не понимает.

Поскольку мы принимали участие только в финальной точке мероприятии, сначала мы провели небольшую беседу, а после было танцевальное выступление с мытьем рук со сцены. В выступлении волонтеры-медики продемонстрировали небольшой мастер-класс, где ребята узнали о дезинфекции рук специальными растворами и том, как правильно и какими движениями надо мыть руки. Волонтеры-медики очень положительно восприняли данное мероприятие и общение с ребятами. С удовольствием провели флэшмоб и рады в дальнейшем проводить такое сотрудничество. Также наши волонтеры участвуют и в других мероприятиях, в образовательных организациях, на которых рассказывают более подробно о теме здоровья и проводят квизы и игры.

Важно, что после выступления гости подходили и общались с волонтерами. Они спрашивали не только о теме проекта, но и возможности поступления в медицинские образовательные организации. И даже потом ребята приходили в колледж на экскурсии для более подробного ознакомления с медицинским направлением.»

Ольга Чижова, региональный координатор в Магнитогорске, рассказала о прошедшем мероприятии и важности сотрудничества волонтеров-медиков и проекта «Таланты России»: «Мы провели видеофлэшмоб, который заранее записывали, а на мероприятии транслировали на экране. Волонтеры-медики приняли активное участие в подготовке, так как им нравятся подвижные мероприятия. Видео снимали на улице в теплое время года. Волонтеры сами вызвались провести этот флэшмоб, так как они

считают это очень важным, потому что мы пропагандируем ЗОЖ, и что гиподинамия — это плохо. Непосредственно зарядка это показала. Даже если вы сидите на протяжении двух часов, необходимо встать и размяться — что они, в принципе, и сделали на мероприятии. Люди, которые смотрели концерт, увидев наш ролик, немного встряхнулись, зарядились и после продолжили участие в мероприятии.

Флэшмоб включал в себя интерактивную зарядку, чтобы люди, которые сидели в зале — это были и взрослые, и дети — повторяли за выступающими. Волонтеры записали 20-минутную видеозарядку, которая включала в себя общедоступные упражнения. Их может делать любой человек и непосредственно на небольшом расстоянии, так как концерт проходил в помещении. Основной упор был на верхнюю часть тела, все упражнения проходили под музыку, а на сцене аниматоры повторяли за ребятами на видео, и гости в зале активно участвовали в этом.

После выступления зрители подходили, задавали различные волпросы и хотели также стать волонте-

рами. У нас могут стать участниками не только люди старше 18 лет, но также и школьники. Мы им объяснили, что такое волонтерство, что включает в себя именно медицинское волонтерство. Гости очень заинтересовались, особенно те, кто хотят в дальнейшем получить медицинское образование. Мы рассказывали, что у нас они могут получить навыки общения с людьми, узнать, как доносить информацию до населения. Ребята, которые подходили и интересовались, уже вступили к нам и, что самое интересное, уже являются волонтерами в нашей организации.

Мы рады, когда нас приглашают на такие мероприятия, которые, казалось бы, не связаны с волонтерами-медиками. Это здорово, потому что мы пропагандируем наше движение и рассказываем, насколько оно важно, призываем вступить в нашу команду. Наши направления ориентированы не только на какие-то профессиональные мероприятия, то есть санитарно-профилактические. Помимо этого важно, что мы не просто танцуем и дарим какие-то эмоции людям, занимаемся профилактикой всех заболеваний. И физическая активность здесь — важный этап. Если мы посмотрим список болезней и способы их предупреждения, то физическая активность будет практически везде. 150 минут физической активности в день — это уже залог здорового образа жизни. Соответственно на таких мероприятиях мы уже даем частичку ЗОЖ его участникам».

В городе Тула также участвовали волонтеры-медики. Об их участии подробнее рассказала региональный координатор **Анна Бабкина**: «Мы танцевали на сцене, а после детишки выбежали к нам и танцевали вместе с нами. После выступления они проявляли интерес, спрашивали, как нас зовут, кто мы, что мы. Зрители помладше, лет шести-восьми, знакомились и общались, про себя старались рассказать, а дети постарше как-то стеснялись подходить.

Флешмоб был на тему ЗОЖ и заключался как раз в танце. Взрослые гости тоже танцевали внизу у сцены. Волонтеры также проявляли большой интерес к мероприятию и активно участвовали в общении с детьми и зрителями. Волонтеры всегда сами очень хотят взаимодействовать с ребятами, им нравятся эти эмоции и как детишки потом с ними общаются.

Участие волонтеров-медиков в таких проектах важно, потому что необходимо с детства прививать здоровые привычки. У нас имеется очень много направлений. Мы рассказываем о репродуктивном здоровье, об акции “Стоп ВИЧ”, о вреде курения, у нас есть направления ЗОЖ, скандинавская ходьба. То есть волонтеры занимаются с пожилыми людьми именно этим видом спорта, разминают суставы, в процессе улучшается сердечно-сосудистая система. Занятия проходят как на свежем воздухе, так и в помещении. И имеются другие направления, связанные со здоровым образом жизни».

Про участие волонтеров–медиков в проекте «Таланты России» в Нижнем Новгороде рассказал координатор направления «Здоровый образ жизни» **Роман Жарков**: «У нас была проведена викторина в направлении ЗОЖ. Была достаточно высокая активность, что меня даже удивило. В первую очередь это было связано с тем, что дети целый день сидели, и тут вдруг приходят трое веселых ребят в красных футболках, которые задают достаточно простые вопросы и за это еще можно получить призы. В какой-то момент был даже ажиотаж, одновременно поднимались сотни рук, чтобы ответить. Было очень приятно участвовать и смотреть на игру. Старшему поколению все нравилось, также они помогали нам, следили, чтобы дети не толпились и подходили по очереди. Судьи и организаторы тоже заинтересовались нашим направлением, они спрашивали, чем мы еще занимаемся и какие проекты реализовываем. Сразу после нашей викторины проходило награждение, соответственно дети уже отвлеклись на него и ожидание результатов.

Наши волонтеры — это студенты, которым понравилось участие в проекте. Также это научило общению как с детьми школьного возраста, так и с детьми помладше. Когда такие активности нравятся детям, дарят эмоции, соответственно и самим волонтерам это очень приятно и западает в душу. Это важно, особенно если идет такая отдача от участников, следовательно, им что-то понравилось, что-то их зацепило. Мы приходим на такие мероприятия с благим посылом, с каким-то определенным намерением, для того чтобы помочь, чтобы стало жить легче. Участники узнают много нового для себя и получают новые знания о себе и об окружающем мире. Соответственно, это дает огромной прирост вовлеченных ребят, даже в эти 30–40 минут интенсива в виде викторины».

Коллаборация мероприятий «Таланты России» и ВОД «Волонтеры-медики» сегодня является важным этапом популяризации ЗОЖ среди подрастающего поколения. Здоровым привычкам необходимо учиться с самого детства. В повседневности люди забывают о такой необходимости. Благодаря данному сотрудничеству затрагиваются важные темы. В настоящее время, как никогда, необходимо пропагандировать здоровый образ жизни и закладывать правильные привычки. НМ