

Проект **#ЗдоровоеРешение**, разработанный Новгородским региональным отделением Российского Красного Креста, поддержан Фондом Президентских грантов.

Целью проекта является изменение поведения и сохранение здоровья.

В проекте примут участие 4 крупнейших города Новгородской области – Боровичи, Валдай, Старая Русса и Великий Новгород.

Хотите узнать больше о проекте и подать заявку на участие? vk.com/healthy_rc?w=wall-144619160_48/all



**#Здоровое
Решение**



ЗОЖ- это твой стиль?

**Хочешь помочь другим
и стать проводником в мир
здоровой жизни?**

ТЫ ГОТОВ?






**Проект #ЗдоровоеРешение
для тебя
Стань частью нашей команды!**

Проект при поддержке
Фонда президентских грантов



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**

Проект #ЗдоровоеРешение ищет волонтеров!

-  Ты не знаешь про БЖУ, но знаешь, как питаться правильно и постоянно двигаешься
-  Ты можешь доказать друзьям, почему нужно есть овощи и фрукты и пить много воды
-  У тебя достаточно мотивации, чтобы каждый день принимать решение в пользу здоровых привычек
-  У тебя есть цели в жизни, и одна из них - это сохранение своего здоровья и здоровья близких
-  И у тебя есть желание получить дополнительные знания и рассказывать другим людям о здоровом образе жизни?

Проект #ЗдоровоеРешение о правильном питании, физической активности, неинфекционных заболеваниях и их профилактике, о мотивации и просто про здоровье!

Этот курс про инструменты и правила профилактики неинфекционных заболеваний, таких как сахарный диабет, онкология, хронические заболевания дыхательных путей и легких, сердечно-сосудистые заболевания.

- Низкая физическая активность
- Курение
- Нездоровое питание
- Злоупотребление алкоголем

Это факторы развития неинфекционных заболеваний, которые составляют 63% от всех смертей в мире!

Нам сложно сразу изменить свой образ жизни на более здоровый. Людям проще добиться успеха, когда они чувствуют поддержку. Команда волонтеров#ЗдоровоеРешение - это команда людей готовых стать проводниками в мир здоровой жизни.

Курс состоит из цикла семинаров, чтобы стать его тренером, необходимо пройти обучение.

- **Первый шаг** - заполни анкету по ссылке

<https://goo.gl/forms/u8PewGgiOZGHSrm42>

Хочешь запомниться уже на первом этапе, задай любой вопрос по проекту в нашей группе :)

- Попади в список участников обучающего тренинга
- Пройди 4-х дневное обучение (ты стал частью команды, поздравляем ;)
- Вдохновляй, обучай и меняй поведение людей к лучшему, проводя семинары по темам проекта.

Обязательно вступай в группу проекта, тут будут конкурсы и полезная информация. #РоссийскийКрасныйКрест #ФондПрезидентскихГрантов#HealthyLifestyleCommunity #RedCross #Health #ВеликийНовгород

Ты стал частью чей-то истории вместе с проектом #ЗдоровоеРешение

