

7 апреля –

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Всемирный день здоровья (World Health Day) отмечается ежегодно 7 апреля в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения (World Health Organization, WHO).

Ежегодное проведение Дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Тема 7 апреля 2024 года — «Моё здоровье, моё право». Этот девиз напоминает о том, что право на здоровье — одно из базовых прав человека, от реализации которого зависят все остальные наши права.

Право на жизнь и здоровье имеют все люди, независимо от расы, национальности, пола или возраста. Оно принадлежит нам от рождения, и включает в себя как право на полное физическое и психическое благополучие, так и право на достойную и доступную медицинскую помощь. Это право закреплено как во Всеобщей декларации прав человека, так и в уставе ВОЗ. ООН выделяет «Основные детерминанты здоровья», помогающие каждому из нас вести здоровый образ жизни: доступ к чистой воде для питья и гигиены; доступность безопасной пищи; достаточное питание и комфортное жильё; безопасные условия труда и окружающей среды; образование и информирование в области здоровья; гендерное равенство.

Здоровье, по определению ВОЗ, это не просто отсутствие болезней. **Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия.**

По данным ВОЗ, здоровье человека определяется на 20% средой обитания, на 50% — образом жизни, и только 10% его зависит от системы здравоохранения.

Основной и самой важной составляющей здоровья ВОЗ назвал постоянную физическую активность. Физическая активность включает в себя любой вид движения, будь то ходьба, танцы, игры, спорт. Не зря говорят: «движение – это жизнь».

Использованные источники:

1. Эко-инфо [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ecoinfo.bas-net.by/calendar/world-health-day.html> - Дата доступа: 25.03.2024.