

2 марта



Обзор новостей

В Ачинске прошел гала-концерт городского патриотического фестиваля конкурса «Земля, которой ты – частица»

В минувшую пятницу в городском Дворце культуры состоялся ежегодный гала-концерт патриотического фестиваля конкурса «Земля, которой ты – частица». Накануне прошел отборочный тур, в котором приняли участие более 100 конкурсантов: учащихся школ города, студентов, представителей творческих объединений в номинациях «Солист», «Вокальная группа», «Хореография», «Мастер художественного слова». Наш техникум представляли хореографический коллектив «Атланта», вокальный коллектив «Карамель» и Елена Вержбицкая в номинации «Мастер художественного слова». Отборочный этап продолжался в течение всего дня. По итогам конкурса в гала-концерт вошли самые лучшие номера. От нашего техникума - это «Женщины войны» (хореографический коллектив «Атланта») и «Баллада о зенитчицах» в исполнении Елены Вержбицкой (391 гр.). Жюри высоко оценило оба номера, наши ребята были удостоены дипломов лауреатов 2 степени.

Концерт получился очень душевным, ярким на эмоции, равнодушных в зале не было. Поздравляем коллектив «Атланта», Елену Вержбицкую и руководителей девушек с победой и желаем новых творческих успехов!





Витамины – это сила



Сегодня в пользу витаминов уже никто не сомневается, особенно в весенний период, когда этих полезных организму веществ катастрофически не хватает. Студентка группы 386 Тишкина Виктория под руководством преподавателя и руководителя кружка «Детство» Светланы Николаевны Клиновой подготовила и рассказала учащимся Новоникольской и Назаровской СОШ № 3 о пользе витаминов. Ученики узнали, какие бывают витамины, в каких продуктах содержатся те или иные витамины, на что влияет недостаток витаминов, по каким признакам можно определить авитаминоз самостоятельно. В ходе беседы было проведено анкетирование, в котором были вопросы о правильном питании. Ребята остались довольны. И самое главное, они поняли то, что питаться нужно разнообразно. Считаю, полезным проводить данные мероприятия для подростков, т.к. это способствует их здоровому развитию.

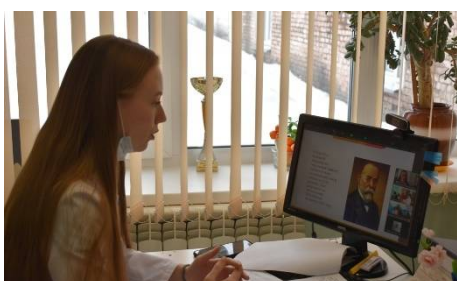
Информацию подготовила Тишкина Виктория, группа 390

6 марта



Обзор новостей

Инфекции. Туберкулёз и его профилактика



Студентка группы 388 Анна Миллер под руководством преподавателя техникума Людмилы Николаевны Маглаперидзе подготовила и провела профилактическую беседу на тему «Туберкулёз и его профилактика» с учащимися Комаровской ОШ и Назаровской СОШ №3.

Анна рассказала ребятам об открытии микобактерии туберкулёза, о факторах, располагающих к данному заболеванию. Вместе с учащимися Анна выделила группы людей, которые находятся в зоне риска. Так же школьники узнали о симптомах туберкулёза и профилактических мероприятиях, направленных на снижение заболеваемости.

К концу встречи ребята посмотрели научный фильм для закрепления прослушанного материала.

Информацию подготовила Анна Миллер, группа 388

Мужское здоровье

Беседу о мужском здоровье с юношами Комаровской ОШ и Назаровской СОШ №3 провели студентки группы 386 Дарья Литвиненко и Екатерина Федорович. Девушки рассказали юношам, что мужское здоровье - это совокупность физического, психического, социального благополучия мужчины, обеспечивающее его полноценное и комфортное существование. Все эти факторы они подробно разобрали и обсудили с подростками.



Выбираем профессию вместе

В рамках реализации профориентационного проекта «Профквартал АМТ» наш техникум посетили учащиеся 9 класса МБОУ "СОШ №18" г. Ачинска.

Для ребят была организована экскурсия в анатомический музей техникума. Об истории создания музея рассказала преподаватель техникума Галина Николаевна Комарова. Далее ребята посетили симуляционные площадки сестринского дела, где студентки группы 387 Михайлова Анастасия и Ковынёва Валерия под руководством преподавателя Ольги Петровны Колодиной показали мастер-класс по постановке подкожных инъекций. Также ребята научились мыть руки медицинским способом. Школьники посетили библиотеку, посмотрели видеоролик о специальностях, по которым обучаются в Ачинском медицинском техникуме и узнали о правилах поступления в техникум. Об этом им рассказала ответственный секретарь приемной комиссии Людмила Ивановна Кривчикова.

Педагог-организатор Татьяна Юрьевна Бахарева провела с ребятами тренинг по выявлению профессиональной склонности в соответствии с классификацией типов профессий. Результаты тренинга очень заинтересовали учащихся, т.к. он дает возможность начать составлять свой личный профессиональный план, правильно сориентироваться и найти свое место в огромном мире профессий.





Осторожно! Неотложно!

Наши студенты продолжают проводить серии мастер-классов по обучению первой помощи студентов и школьников города. В обучении уже приняли участие воспитанники Ачинского кадетского корпуса, Лицея № 1, Школ №5, 12, 17, 13, 15, 3, студенты 1 курсов Ачинского колледжа отраслевых технологий и бизнеса, всего 63 человека! Это значит, что еще 63 человека получили важные знания и научились оказывать неотложную помощь пострадавшим. А мы продолжаем свою работу, и ждем вас на наших мастер-классах

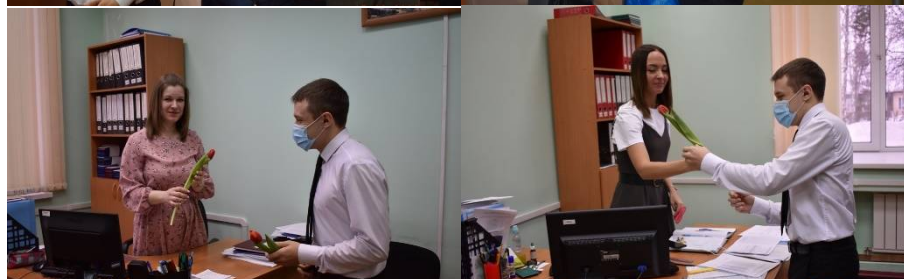
Информацию подготовила Анна Санина, группа 398



Вам, любимые!

Студенты Ачинского медицинского техникума приняли активное участие во Всероссийской акции «Вам, любимые!», приуроченной к Международному женскому

дню. Сегодняшнее утро для студенток, преподавателей и сотрудниц техникума началось с комплиментов. Ребята-студенты подготовились, чтобы подарить хорошее настроение женской половине техникума на весь день. Каждую представительницу прекрасного пола на входе в учебный корпус встречали, преподавателям дарили цветы, девушкам – сердечко с добрыми словами и пожеланиями.





А накануне волонтеры-медики провели выездную поздравительную акцию для медиков и женщин Красноярского краевого центра охраны материнства и детства №2, детской поликлиники №1 и детской больницы. Во дворах медицинских учреждений ребята выстраивались в большую восьмерку, приветствовали пациентов и медперсонал шарами и поздравительными плакатами, чтобы еще раз напомнить, что весна наступила и подарить повод для улыбки каждой женщине. Спасибо АТВ за видеосъемку!



Кроме того, волонтеры-медики Татьяна Зиновьева и Вероника Веселова побывали в реабилитационном центре для детей с ОВЗ «Синеглазка». Девушки помогли ребятам нарисовать портреты мам. Мероприятие получилось очень трогательным и теплым. Для каждого ребенка именно его мама самая красивая. Все работы были отмечены символическими медалями за самый красивый рисунок и небольшим угощением. И, конечно же, общее фото на память.



18 марта



Обзор новостей

Свершилось. Состоялось самое долгожданное, самое красивое, самое любимое событие в АМТ

Накануне состоялся юбилейный, пятый по счету, конкурс красоты и таланта «Мисс АМТ-2022». После почти двух лет ограничений – это событие стало для всех, как глоток свежего воздуха. Так все соскучились по общим мероприятиям, которые собирают полный зал наших студентов, преподавателей и сотрудников техникума. Этот конкурс стал еще и самым рекордным по количеству заявок – сразу 10 студенток заявили о своем желании участвовать. Все конкурсантки прошли серьезную подготовку: часами оттачивали модельную походку в туфлях на каблуках, работали над образом: подбирали наряды, осваивали азы макияжа, посетили профессиональную фотосессию, отработывали навыки ораторского мастерства, готовили творческие номера, чтобы удивить жюри, учились справляться с волнением и уверенно держаться на сцене... Все эти умения обязательно пригодятся им в будущем...

Конкурсы дефиле включали в себя два прохода: в первом «Лечи красиво!» девушки представили профессиональную одежду медицинского работника, во втором – участницы предстали перед залом в образе прекрасных принцесс. Участницы показали свою женственность и грацию, продемонстрировали умение держаться на сцене. Перед жюри стояла очень сложная задача. Ведь каждая из девушек была достойна звания

«Мисс АМТ», каждая блистала, удивляла, покоряла походкой, взглядом, улыбкой, талантом... Кстати, в жюри мы пригласили тех, кто помог нам сделать этот праздник еще красивее: от лица администрации техникума – заместителя директора по учебной работе Валентину Ивановну Бондареву, нашего партнера Мирона Васильевича Стефанишена и выпускницу нашего техникума Лилию Оганесову.

Нельзя не отметить отдачу зрительного зала: слова поддержки, кричалки, плакаты, шары – группы поддержки подготовились на «Ура!», зал встречал бурными овациями каждую участницу, уверены, ваша поддержка очень помогла девушкам. Позади все этапы конкурса, настал самый волнительный момент – время назвать имя Мисс АМТ – 2022.

После подсчета баллов и обсуждения жюри объявили самой красивой и грациозной девушкой, Мисс АМТ- 2022 – Екатерину Лучко, студентку 2 курса, 396 группы отделения «Акушерское дело». Титула «1-ой вице-мисс» была удостоена Дарья Павловская, студентка 1 курса, 401 группы отделения «Лечебное дело». Ленту и корону «2-й вице мисс» получила студентка 1 курса, группы 400 отделения «Лечебное дело» Алина Рикмасова.

Были награждены и остальные участницы конкурса. Номинации распределились следующим образом:

Мисс Улыбка – Кристина Соколова (401 группа);

Мисс Элегантность – Анастасия Деревянко (394 группа).

Мисс Артистизм – Валерия Бобылева (391 группа);

Мисс Очарование – Полина Киселева (400 группа);

Мисс Грация – Ксения Коробкова (402 группа);

Мисс Обаяние – Ольга Шелковникова (401 группа);

Мисс Талант – Александра Зобнина (395 группа);

Не менее интригующее было узнать, кто же из девушек стал победительницей в зрительском голосовании – победу в номинации «Народный выбор» одержала Полина Киселева. Нежный и красивый конкурс красоты и таланта «Мисс АМТ» стал одной из ярких традиций в жизни нашего техникума. Все участницы продемонстрировали свои лучшие качества, проявили свои творческие способности и таланты. Мероприятие прошло на одном дыхании, и участники и зрители получили мощный заряд положительных эмоций.

Поздравляем всех участниц нашего конкурса!

Браво! Так держать!











«Профессия – путь к успеху»

17 марта 2022 прошел День открытых дверей в рамках Единого дня профессиональной ориентации «Профессия – путь к успеху» для обучающихся общеобразовательных организаций г. Ачинск, Ачинского, Назаровского и Большеулуйского районов.

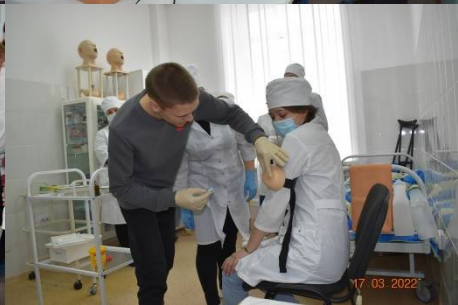
Целью данного мероприятия является создание условий для свободного выбора профессий, формы занятости и путей самореализации личности; достижение сбалансированности между профессиональными качествами, психофизиологическими особенностями человека и потребностями рынка труда. Именно эти цели были реализованы во время посещения школьниками Ачинского медицинского техникума.

Организаторы и волонтеры-профориентаторы встретили 190 школьников 14-ти общеобразовательных школ города и района, приём был разделён на три потока. Для школьников были показаны мастер-классы по девяти направлениям. Волонтеры-медики показали прием Геймлиха и как провести реанимационные действия при сердечно-

легочной недостаточности на фантомах человека. Многие из гостей были заинтересованы и пробовали сами провести показанные приемы.

Большой интерес возник у ребят на площадке по наложению хирургических швов, ее оснащение различными хирургическими снимками и инструментами привлекло внимание. Школьники с удовольствием накладывали различные повязки, выполняли манипуляции по остановке кровотечений. Удаление инородного тела из ушных и дыхательных путей у детей, это не менее важная информация, т.к. в данном случае первую помощь нужно оказать правильно и во время обратиться к врачу. Не остался без внимания и кабинет педиатрии, уход за младенцем и его пеленание вызывал не поддельный интерес даже у юношей. Не менее интересной была площадка по проведению подкожных инъекций, ребята с удовольствием принимали участие в работе площадки: были «пациентами». В кабинете по реабилитации пациентов учащимся были предложены не сложные упражнения по балансировке тела. Измерение артериального давления, пульса и сатурации все это учащимся показали студенты техникума. И, конечно же, большой интересен, вызывает анатомический музей техникума и история его создания, которую рассказала преподаватель техникума Галина Николаевна Комарова. Самое главное для выпускников школ, это правила поступления, данную информацию ребятам рассказала ответственный секретарь приёмной комиссии Кривчикова Людмила Ивановна, и ответила на все интересующие их вопросы.

Хочется выразить благодарность студентам-волонтерам и руководителям площадок Клиновой Светлане Николаевне, Колодиной Ольге Петровне, Кашиной Алесе Викторовне, Кузнецовой Светлане Анатольевне, Кособрюховой Ольге Владимировне, Попковой Ольге Сергеевне, Масловской Елене Сергеевне, Кривчиковой Людмиле Ивановне, Комаровой Галине Николаевне, Бабиной Ирине Петровне, Павловой Елене Юрьевне, Цельмер Валерии Васильевне, волонтеров-медиков с их руководителем Мариной Вячеславовной Калабуховой за их качественно проведенную подготовку. Также хочется поблагодарить руководителей и педагогов образовательных организаций, которые организовали экскурсию в наш техникум. Мероприятие организовала педагог-организатор Татьяна Юрьевна Бахарева.













19 марта



Обзор новостей

Помоги первым!

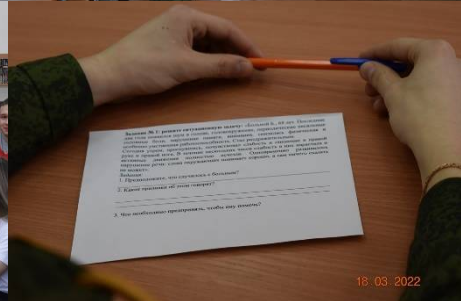
В рамках проекта «Медицина для каждого» (школа волонтера) волонтеры-медики провели соревнования по первой помощи для школьных команд города. Все ребята прошли подготовку в рамках мастер-классов по обучению навыкам оказания первой помощи. В соревнованиях приняли участие 6 команд из Ачинского кадетского корпуса, школ №17, 5, краевой школы №3 и Лицея №1. Участникам необходимо было пройти 7 этапов. Каждый включал в себя теоретическую и практическую часть. За определенное время ребята должны были справиться с заданиями, набрав как можно большее количество баллов.

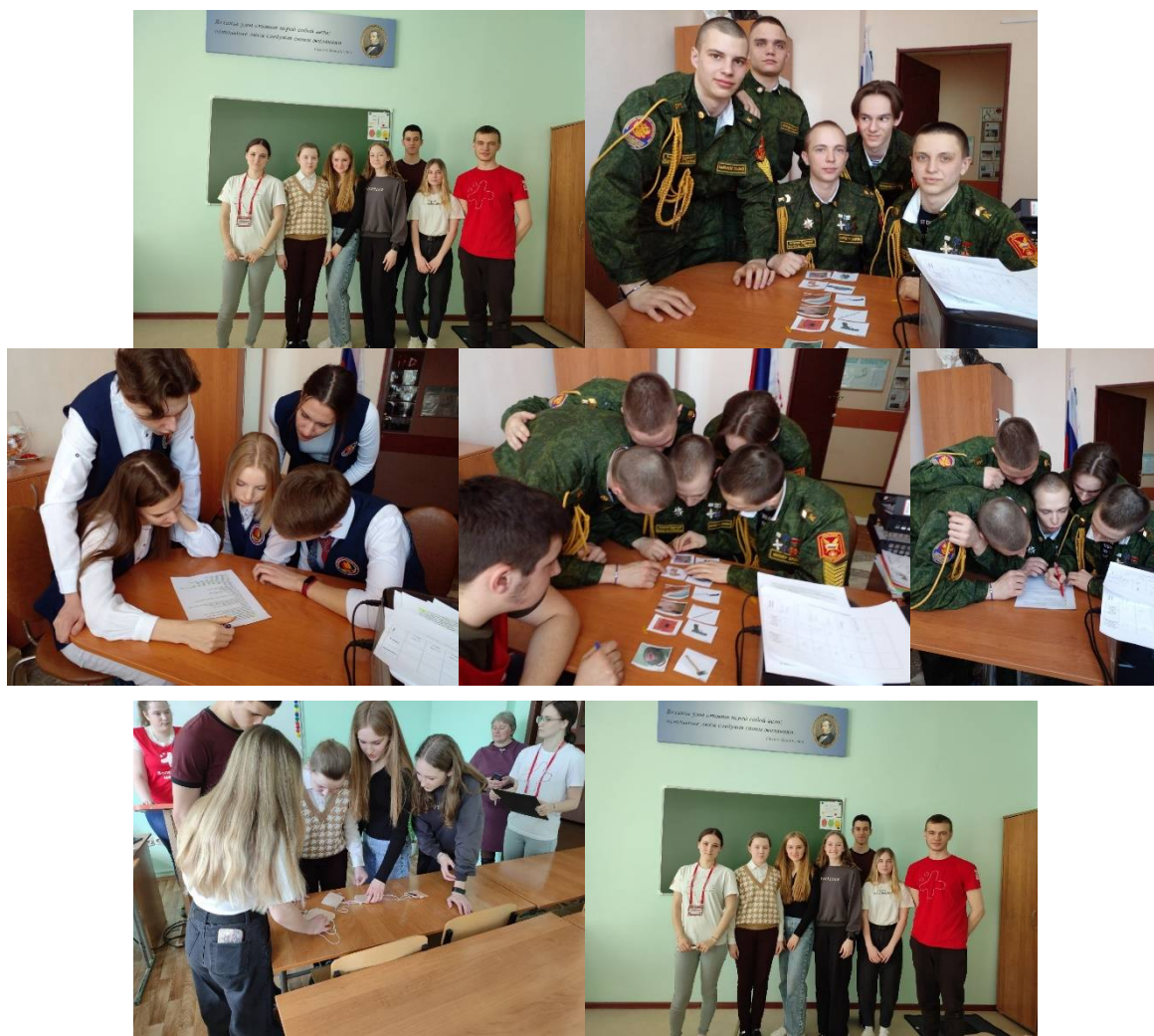
Волонтерами были подготовлены интересные задания: решить ситуационную задачу и поставить диагноз пострадавшему, по предложенным симптомам определить неотложное состояние, ответить на вопросы теста, назвать травму у героев из известных мультфильмов и фильмов, в правильном порядке составить этапы проведения СЛР и другие. Стоит отметить, что все команды показали блестящие знания и хорошую подготовку. Оценивали правильность выполнения заданий на каждом этапе – стажеры-инструкторы по первой помощи, волонтеры-медики нашего техникума.

По итогам соревнований места распределились следующим образом: большее количество баллов набрала команда «Пульс» школы №17, буквально 0,5 баллов не хватило до победы команде кадетов «Красный крест», они заняли почетное второе место и замыкает тройку лидеров команда краевой школы №3 «Горящие сердца». Все команды были отмечены дипломами и сувенирной продукцией от Ачинского медицинского техникума.

Напомним, что проект «Медицина для каждого» реализуется благодаря победе в грантовом конкурсе «Помогать просто» компании РУСАЛ. В течение года в школе волонтера прошли обучение более 50 школьников нашего города. На занятиях ребята познакомились с основными составляющими здорового образа жизни, узнали о негативном влиянии на организм подростков никотина, алкоголя и наркотиков, о профилактике ВИЧ/СПИДа и прошли обучение первой помощи. Теперь участники нашего проекта проводят такие занятия в своих классах и школах в формате «Равный обучает равного».







Студенческие веселые старты

«Выбирай спорт!» - под таким девизом прошли спортивные соревнования между командами групп нашего техникума. Мероприятие было организовано и проведено по инициативе спортивного сектора Студенческого Совета. Участие приняли рекордное количество команд – 10 групп выразили свое желание принять участие в соревнованиях, всего чуть более 50 человек.

Программа состязаний была довольно насыщенной и включала в себя 7 эстафет, все они проходили в напряженной борьбе. Командам были предложены занимательные конкурсы с бегом, эстафеты с мячами, обручами, воздушными шарами. Ребята соревновались в скорости, ловкости, умении работать в команде. Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали участников, каждый старался изо всех сил прийти к финишу первыми. По итогам упорной борьбы места распределились следующим образом: весь почетный пьедестал заняли команды 1 курсов:

- 1 место – группа 402;
- 2 место – группа 401;
- 3 место – у группы 400.

Дипломами участников были награждены команды групп 389, 396, 391, 393, 399, 395 и 398. Победители и призеры получили в подарок сувенирную продукцию от техникума.

А все участники «Студенческих веселых стартов» получили заряд бодрости и хорошее настроение. Праздник получился захватывающим и оставил массу положительных эмоций и впечатлений. Мы уверены, что наш спортивный праздник еще больше сплотил ребят и никого не оставил равнодушным.

Информацию подготовила Елена Вержбицкая, руководитель Спортивного сектора Студенческого Совета техникума.



Выражаем особую благодарность нашим студентам:

Гюзель Ахадовой (401 гр.),

Алине Рикмасовой (400 гр.),

Полине Киселевой (400 гр.),
Александре Зобниной (395 гр.),
Юлии Кайгородовой (402 гр.),
Виктории Голайдовой (399 гр.),
Елене Вержбицкой (391 гр.)

за организацию и проведение этого замечательного спортивного праздника, а командам
желаем удачи и дальнейших успехов!



21 марта



Профессия с большой перспективой

Профессия с большой перспективой

Ачинский медицинский техникум знакомит школьников с медицинскими профессиями в рамках Единого дня профессиональной ориентации «Профессия – путь к успеху». Студентка группы 392 отделения «Сестринского дела» Мария Иванова под руководством преподавателя Светланы Петровны Бабиной подготовила и провела профориентационное мероприятие «Профессия с большой перспективой». Она рассказала учащимся МБОУ Шарыповской СОШ №3 о медицинских специальностях: фельдшер, медицинская сестра/медицинский брат, акушерка/акушер.

Школьники узнали, что профессия медицинского работника требует много терпения и такта, умения брать ответственность на себя, быть выдержанным, уравновешенным, уметь управлять собой в любых, даже экстремальных условиях.

Так же, в ходе беседы, были озвучены правила поступления в техникум, условия проживания в общежитии, внеурочная и волонтерская деятельность студентов. В завершении мероприятия ребята получили ответы на интересующие их вопросы.

В старшем школьном возрасте подростку нужно правильно определиться в выборе профессии, только в том случае, если человек сумеет совместить свое «хочу», «могу» и «надо», его профессиональный выбор будет удачным и верным. Профессия медицинского работника - это, прежде всего, большая ответственность, именно ему человек доверяет свое здоровье, свою жизнь и жизнь своих близких.



25 марта



Обзор новостей

Как противостоять стрессу

Стресс присутствует в жизни каждого человека. Стрессовые ситуации возникают как дома, так и на учебе. Стресс является причиной многих заболеваний, а значит, наносит ощутимый вред здоровью человека, тогда как здоровье — одно из условий достижения успеха в любой деятельности. Стресс — это неизбежность, о которой мы должны знать и всегда помнить. Стресс можно предвидеть. Некоторых стрессов можно избежать вообще.

В рамках краевого проекта «Равный обучает равного» студенты Ачинского медицинского техникума отделения «Сестринское дело» *Наталья Губанова и Ольга Демко* (392 гр.) под руководством преподавателя техникума *Елены Сергеевны Масловской* подготовили и провели профилактическую беседу с обучающимися Ачинского колледжа транспорта и сельского хозяйства о профилактике стресса. Студентки рассказали о том, что такое стресс, как он проявляется у взрослых и детей и как можно его преодолеть.

Насколько серьезными окажутся стресс и его последствия для здоровья человека, зависит как от мощности и длительности стресса, так и от психологических и генетических особенностей человека. Не все люди, пережившие стресс сопоставимого уровня, страдают от него одинаково. Для самоопределения уровня стресса слушателям было предложено пройти экспресс-тест.

Важно помнить: если появилось чувство, что невозможно преодолевать стрессовые ситуации, следует обратиться за консультацией к специалисту — психологу, либо к неврологу или психотерапевту.

«Информацию подготовила Наталья Губанова, группа 392



Дыши свободно

В рамках Всемирного дня борьбы с туберкулезом студенты-волонтеры под руководством руководителя кружка «Инфекционист» Людмилы Николаевны Маглаперидзе провели акцию «Дыши свободно». Будущие медики рассказали одногруппникам и другим учащимся техникума об опасностях данного заболевания и основных моментах, которые

необходимо знать каждому человеку о туберкулезе. Кроме того, каждому слушателю волонтеры вручили белую ромашку, как символ свободного дыхания. На каждом лепестке цветка размещены основные правила профилактики туберкулеза. Проверьте себя, соблюдаете ли вы их?

Профилактика туберкулёза включает в себя:

1. Отказ от курения, алкоголя, наркотиков;
2. Физическая активность;
3. Прохождение флюорографии не менее 1 раза в год;
4. Проведение вакцинации БЦЖ;
5. Полноценное и рациональное питание.
6. Соблюдение правил личной гигиены.

Берегите себя и будьте здоровы!

Информацию подготовила Анна Миллер, группа 388



30 марта



Обзор новостей

В день больных эпилепсией волонтеры-медики Ачинского медицинского техникума провели Фиолетовую акцию

Цель акции – повышение осведомлённости граждан о таком заболевании как эпилепсия. В форме открытого лектория студенты-медики рассказали пассажирам трамвая «Маршрут здоровья» об эпилепсии и о том, как нужно вести себя в случае приступа у близкого или незнакомого человека. Ведь такие ситуации могут возникнуть в любом месте в любой момент, от того насколько быстро и правильно будет оказана первая помощь зависят здоровье и жизнь человека. Приступ эпилепсии только выглядит пугающе, некоторых людей останавливает именно страх, на самом деле он не представляет опасности для

человека, если делать все правильно. Волонтеры раздали пассажирам памятки с правилами оказания первой помощи и подарили фиолетовые шары в знак поддержки людей, больных эпилепсией.



Твоя жизнь – твоя ответственность

Проблема наркомании в настоящее время во всем мире остается весьма острой и актуальной. Она не является только медицинской, а представляет собой сложную медико-социальную проблему. Девять из десяти наркоманов практически неизлечимы. Многие из них не доживают до 40 лет. Подавляющее большинство употребляющих наркотики (свыше 80%) - молодые люди в возрасте 18-30 лет. Но, к сожалению, все чаще к наркотикам прикладываются дети и подростки.

Этой теме была посвящена встреча первокурсников с главным специалистом-экспертом отдела по контролю за оборотом наркотиков МО МВД России «Ачинский» Татьяной Валентиновной Худолеевой. «Моя жизнь — моя ответственность» - эти слова являются не только названием встречи, но прекрасно описывают суть разговора. В ходе беседы Татьяна Валентиновна рассказала ребятам об административной и уголовной ответственности за правонарушения и преступления, связанные с незаконным оборотом наркотиков, еще раз напомнила о вреде наркотических средств и об их негативном влиянии на организм человека, о тяжелых последствиях, наступающих после их употребления. Беседа сопровождалась примерами из практики и показом видеоролика о влиянии наркотиков на человека. Наши студенты еще раз убедились в том, что наркотики – настоящая проблема современности. Важно помнить, каждый из нас сам несет ответственность за свою жизнь и свои поступки. Один необдуманный поступок может навсегда перечеркнуть все надежды на будущее, а кому-то стоить жизни.

Информацию подготовила Александра Серкина, 391 группа



31 марта



Обзор новостей

Секреты манипуляции. Табак

В краевом государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Ачинский медицинский техникум» социальный педагог провел беседу с учащимися 1 курса на тему: «*Секреты манипуляции. Табак*». Беседа направлена на профилактику табакокурения. Социальный педагог рассказал о том, что такое зависимость, к каким последствиям она приводит и как можно с ней бороться.

Курящие люди являются зависимыми. Зависимость – это заболевание, связанное с удовлетворением патологической потребности.

Потребность – это нужда, необходимость в чем-либо. Патологическая потребность – значит болезненная потребность, неестественная, не свойственная человеку от природы. Человек с рождения имеет множество различных потребностей: потребность в воздухе, воде и пище, в любви и понимании, в безопасности, в признании его значимости, в самореализации его как личности. Но он не нуждается в употреблении психоактивных

веществ. Эта потребность может возникнуть у него позже. Откуда же она берется? Все свои природные потребности человек удовлетворяет в одном из своих социальных статусов. Статус – это определенное положение человека, связанное с выполнением им какой-либо социальной роли. На протяжении жизни человек выполняет множество социальных ролей: роль ребенка по отношению к своим родителям и роль родителя своих собственных детей, роль мужчины или женщины в отношениях с противоположным полом, роль мужа или жены, свои профессиональные обязанности и т.д. Для нормальной, счастливой жизни человеку необходимо быть успешным в каждом из этих статусов. Но что происходит, если у человека возникают конфликты и непонимание в отношениях с родителями, или ему не везет в учебе или на работе и т.д.? В этом случае в его целостной личности возникает брешь, пустота, неудовлетворенность. Чтобы заполнить эту брешь, человеку необходимо заниматься деятельностью, которая приносит удовольствие. Мы с вами живем в обществе потребления, и реклама, СМИ навязывают нам множество вещей, которые, по их мнению, должны доставлять нам удовольствие. Алкоголь, никотин, наркотики обещают нам мгновенное удовольствие без лишних усилий. Многие поддаются влиянию этой информации и не заметно для себя становятся зависимыми от психоактивных веществ. В ходе беседы было уделено внимание реализации программы национального проекта «Здравоохранение» в Красноярском крае.

После вступительной беседы учащиеся просмотрели видеоролик «*Секреты манипуляции. Табак*», подготовленный общероссийской общественной организацией «Общее дело».

После просмотра видеоролика учащиеся обсудили содержание фильма, ответили на вопросы, подвели итог.

Существует множество здоровых способов получить удовольствие от жизни. И их гораздо больше, чем плохих. Самый простой и доступный из них — общение с близкими нам людьми. Общаясь с друзьями, мы можем обсудить с ними наши проблемы, поделиться радостями и невзгодами. Огромную пользу может принести нам спорт, он не только доставляет удовольствие, но и помогает расслабиться и снять напряжение. Бывает достаточно легкой пробежки, чтобы избавиться от дурных мыслей, которые лезут к нам в голову. Можно и просто прогуляться (это доступно каждому) или пойти в поход. Можно посетить музей, театр или кинотеатр, причем лучше всего сделать это, вместе с родственниками или друзьями. Или просто почитать книгу. И, конечно же, огромные возможности предоставляет нам творчество. Существует множество видов творческой деятельности — музыка, живопись, скульптура, резьба по дереву, вышивание, литературная деятельность и многие другие. И каждый из них помогает нам реализовать себя, расслабиться, снять напряжение.

Наше здоровье находится в наших руках!

Заботьтесь о своем здоровье и здоровье людей, которые вас окружают!!!



Страна «Витаминия»

Здоровье – неоценимое счастье в жизни каждого человека. Студенты Ачинского медицинского техникума проводят просветительские мероприятия в рамках реализации программ национального проекта «Здравоохранение». Так, в преддверии Всемирного дня здоровья студенты группы 396 специальности 31.02.02 Акушерское дело, участники кружка «Детство» Виктория Аницина, Ольга Береснева, Анастасия Тихонова под руководством преподавателя Светланы Николаевны Клиновой подготовили и провели занятие с воспитанниками детского сада № 26 г. Ачинск по теме «Страна Витаминия». Дети побывали в стране «Витаминия», а «Витаминка» познакомила ребят с ее жителями – витаминами.

Волонтеры в роли витаминов «А» и «В» рассказали о пользе витаминов, в каких продуктах они содержатся, какие правила нужно соблюдать, чтобы быть здоровыми. Для ребят были подготовлены различные задания, загадки, игры. Например, в одном из заданий надо было выбрать полезные и приготовить борщ. Также ребят научили делать гимнастику для глаз, а в завершении все провели полезную физкультминутку.



"Веселые старты"

Спорт против вредных привычек. Под таким девизом прошло спортивное мероприятие "Веселые старты" для студентов, проживающих в общежитии АМТ. Цель мероприятия - формирование здоровых привычек, пропаганда ЗОЖ. На этот раз организаторы мероприятия под руководством воспитателя Зинаиды Владимировны Детковой провели его в лучших народных традициях. Эстафеты "Держись за меня", "Смотри не урони", "Бег в мешках", "На помеле" не только помогли ребятам еще больше сплотиться, но и каждому получить массу положительных эмоций. Ребята соревновались в силе, ловкости, быстроте, смекалке. Все этапы соревнований проходили в напряженной борьбе. Участие в соревнованиях приняли почти 30 человек.



"Где логика?"



Сборная команда АМТ "Эйфория 2.0" стала победителем интеллектуальной игры "Где логика?", которая прошла накануне в Молодежном центре "Сибирь".

Мероприятие было посвящено 128-летию со дня рождения выдающегося авиаконструктора, Трехжды Героя Социалистического Труда, кавалера восьми орденов Ленина, академика Академии наук СССР, генерал-полковника Сергея Владимировича Ильюшина.

Наш техникум представляли две команды: "Аврора" в составе Екатерина Лучко, Данила Курганский, Моника Монгуш, Виктория Гильманова, Валентина Евдокимова (396 группа) и сборная команда студентов техникума "Эйфория 2.0" в составе Владимира Никиенко, Полины Киселевой, Сергея Третьякова, Арсения Гаганина, Дарьи Грибовской.

Командам необходимо было разгадать логические загадки, связанные с авиацией. Поздравляем всех участников и победителей, ребята, новых вам побед и достижений!



Ачинские школьники прошли квест по здоровому образу жизни

Квест для школьников-подростков накануне Всемирного дня здоровья провели волонтеры-медики Ачинского медицинского техникума. Главная цель мероприятия - популяризация здорового образа жизни, привлечение внимания подростков к необходимости повышения уровня физической активности, как одного из основных критериев сохранения и укрепления здоровья человека. Пропаганда здорового образа жизни влияет на ключевые результаты реализации национального проекта "Здравоохранение" в Красноярском крае.

Квест начался с церемонии вручения сертификатов самым активным участникам проекта «Медицина для каждого» (школа волонтера). Это мероприятие стало завершающим в проекте «Медицина для каждого» (школа волонтера), который был реализован в рамках программы «Помогать просто» компании РУСАЛ.

Напомним, что проект стартовал в апреле 2021 года, всего за время его реализации в нем приняло участие чуть более 60 школьников. С напутственным словом к участникам обратилась Анастасия Владимировна Перфильева, директор подразделения Центра социальных программ в г. Ачинске. Она подчеркнула особую значимость проекта и пожелала командам удачи в игре.

В квесте приняли участие 8 команд. Школьником предстояло пройти 8 станций, на которых они должны были не только выполнить задания инструктора-волонтера, но и прослушать полезную информацию о здоровом питании, важности утренней зарядки и физической активности и других составляющих ЗОЖ. За правильно выполненные задания команды получали баллы, которых нужно было набрать как можно больше. Стоит отметить, что ребята с интересом выполняли задания, показав хороший уровень знаний.

В результате упорной борьбы были определены три лучшие команды: на 1 месте команда «Лейкопластырь» (Лицей №1, 86 баллов), на 2 месте – команда «Пульс» (школа № 3, 85,5 баллов), почетное третье место у команды «Не мальчишки» (Ачинская мариинская женская гимназия-интернат).

Победители и участники были отмечены дипломами и подарками от наших партнеров: сети пиццерий «Додо» и творческой мастерской «Good job».











