提升居民健康素养水平

为传播健康素养知识提高居民健康水平，普及健康素养公民基本知识与健康行为知识，提高居民健康素养水平，12月7日，老区社区联合河西街道社区卫生服务中心开展提升居民健康素养水平知识讲座。

讲座以《健康素养66条》为主要内容，围绕健康的四大基石，即合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡等四个方面进行重点讲解。健康生活方式及基本技能普及了日常生活健康常识，介绍了健康生活习惯养成的方法。如健康的概念、成人的正常血压、艾滋病等的传播途径等基本知识。

此次知识讲座活动进一步宣传了《健康素养66条》，提高了辖区老年人的自我保健意识和科学素养水平。

****

****