**泰安家园社区开展**

**健康素养66条专题知识讲座**

为进一步增强社区居民的健康意识，推进全民健康的生活方式，提高居民的健康素养，6月10日，泰安家园社区开展专题健康知识讲座，为社区居民科普中国公民健康素养66条专题知识相关内容，讲解与生活息息相关的健康生活理念。

活动中，社区卫生服务站医务人员从健康基本理念入手，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。同时对重点人群健康教育、重点慢性病和传染病健康教育、合理营养、控制体重、加强锻炼、改善睡眠、戒烟、限盐、限酒等健康问题及高血压的发病原理、危害以及如何防治等知识做了深入浅出地讲解。讲座后针对居民们提出的健康问题，王医生耐心答疑解惑并给予科学合理的意见和建议，呼吁大家科学、文明、健康的生活方式。

本次知识讲座，通过倡导“每个人是自己健康第一责任人”的理念，有效提高了社区居民健康意识水平，让更多人成为健康生活方式的参与者、践行者、受益者和传播者，引领社区向着更健康、更活力的方向发展，营造了浓厚的健康生活氛围。



