**День здоровья в Сургутском реабилитационном центре**

**07.04.2022 года** в рамках Всемирного дня здоровья с целью реализации мероприятий национального проекта «Демография», мероприятий, приуроченных году «Охраны и укрепления здоровья граждан» в ХМАО – Югре в БУ «Сургутский реабилитационный центр» прошло мероприятие для получателей социальных услуг, сотрудников День здоровья **«Не ленись! Оздоровись!»**.

Организаторами мероприятия выступили специалисты социально-медицинского отделения.

Утро 7 апреля в Сургутском реабилитационном центре началось с энергичной музыки, полезных упражнений и веселого настроения.

Сотрудники познакомились с восточными оздоровительными практиками, изучили упражнения для повышения энергетики, научили правильному дыханию, а получатели социальных услуг групп полного дня участвовали в веселых музыкальных зарядках.

Так, все участники реабилитационного процесса начали день с энергичной музыки, полезных упражнений и веселого настроения.

В течение дня работал фито-бар, где каждый мог получить порцию витамина «С», попробовав отвар шиповника. В группах также детей угощали полезным напитком шиповника.

Для получателей социальных услуг в группе 6(7) в рамках социально-бытовой реабилитации, специалистами проведено познавательное занятие «О здоровом питании». Специалисты в доступной форме рассказали детям о правильном питании и культуре приема пищи.

Кульминацией оздоровительного мероприятия стала дегустация вкусных полезных блюд, приготовленных специалистами социально – медицинского отделения для сотрудников и родителей (законных представителей). Всем желающим предлагались холодные закуски, вторые блюда, гарниры, десерты, напитки из продуктов с низким гликемическим индексом. Во время проведения дегустации врач-специалист Алимет Нурсаидовна Бальгишиева интерпретировала каждое блюдо, объясняя состав и пользу данного продукта.

Такого рода мероприятия направлены не только на оздоровление участников реабилитационного процесса, но на сплочение коллектива, на сохранение положительного эмоционального фона детей и взрослых.

Желаем крепкого здоровья вам и вашим семьм!