

Министерство здравоохранения Республики Беларусь

# АГРОГОРОДОК – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

## 5 ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО АГРОЖИТЕЛЯ

**1. Еда без химии.** Меньше пестицидов на огороде – больше пользы в тарелке. Квашеная капуста, моченые яблоки и травяной чай – природные витамины зимой.



**2. Движение каждый день.** Работа на грядках = бесплатный фитнес. Велопогулки до леса или речки. Зимой – лыжи, летом – волейбол с соседями.



**3. Чистота вокруг.** Порядок во дворе – здоровье в доме. Не жги пластик и листву – дым опасен для легких! Скашивай бурьян (меньше клещей и аллергии).

**4. Вода и безопасность.** Проверь колодец: вода должна быть чистой (рекомендуется делать анализ раз в год). Защити себя от клещей: прививка, осмотр после огорода, правильная одежда.

**5. Живое общение.** Не сиди дома – выходи к людям! Помогай другим, празднуй вместе (Новый год, Масленица) – это лечит от стресса.

## ПРОЕКТ ЗДОРОВЫЕ ГОРОДА И ПОСЕЛКИ

в Слуцком районе проект реализуется в: г.Слуцк, аг.Козловичи, аг.Лучники, аг.Гацук, аг.Весея, аг.Греск, н.п.Квасыничи



В 2026 году планируется присоединить к проекту: Аг. Лядно, аг. Подлесье

**ЗДОРОВЬЕ АГРОГОРОДКА – ЭТО ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО.**

ГУ «Слуцкий зональный центр гигиены и эпидемиологии»