



## ХОРОШЕЕ ЗДОРОВЬЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ: ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте имеет важное значение для создания процветающего общества. Однако, несмотря на достигнутые за последние годы значительные успехи в улучшении здоровья и благосостояния людей, неравенство в сфере доступа к здравоохранению по-прежнему сохраняется. Каждый год более 6 млн. детей умирают, не дожив до пяти лет, и лишь половина всех женщин в развивающихся регионах имеют доступ к необходимой им медицинской помощи. Эпидемии таких заболеваний, как ВИЧ/СПИД, широко распространены там, где страх и дискриминация ограничивают возможность людей получать поддержку, необходимую для здоровой и продуктивной жизни. Доступ к здоровью и благополучию является одним из прав человека, и поэтому Повестка дня в области устойчивого развития открывает новые возможности, чтобы все люди имели доступ к услугам здравоохранения и медицины, отвечающим самым высоким стандартам.

### Какой объем средств необходим для достижения этих целей?

Качественное здравоохранение для всех потребует значительных усилий, однако выгоды перевешивают издержки. Здоровые люди являются основой здоровой экономики.

### Что ты можешь сделать уже сейчас?

Не курите.	Уделяйте время себе и друзьям.	Высыпайтесь.
ВИЧ/СПИД еще не побежден. Защитите себя. Сдайте анализы.	Правильно питайтесь и пейте много воды.	Грудное вскармливание защищает младенцев от инфекций и помогает им расти.
Ведите активный образ жизни. Выходите на прогулку в обеденное время или езьте на учебу/работу на велосипеде.	Помогайте распространять информацию о психических расстройствах, поддержите тех, кому нужна помощь.	Пожилым людям труд и учеба помогают избежать депрессии. Учите иностранные языки, много читайте, организуйте книжный клуб.

**Инициативы, направленные на достижение Целей устойчивого развития в Беларуси и мире:**



По материалам веб-ресурсов:  
<https://www.dw.com/ru/%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D1%8C%D1%81%D0%B2%D0%B8%D1%87%D0%B2%D0%B3%D0%B5%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D0%BB%D0%B0%D1%80%D1%83%D1%81%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%85%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D0%B8%D1%80%D0%BE%D1%81%81%D0%B8%D0%B8/a-45475292>  
[https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/why-the-sdgs-matter/?fbclid=IwAR21J0h9YicL5JMxlmDy35d\\_2CHuSP-7hA6qVnhoAcFGeaGrQXGxoQ9\\_Ulo](https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/why-the-sdgs-matter/?fbclid=IwAR21J0h9YicL5JMxlmDy35d_2CHuSP-7hA6qVnhoAcFGeaGrQXGxoQ9_Ulo)  
 Пособие «170 повседневных дел, помогающих сделать мир лучше»