



**МИНИСТЕРСТВО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА ПЕРМСКОГО КРАЯ**

Ул. Луначарского, д. 100, г. Пермь, 614068
Тел. (342) 236 20 20, факс (342) 233 22 14
E-mail: mfkst@sport.permkrai.ru
ОКПО 12021496

ИНН/КПП 5902290586/590201001

28.03.2022 № 41-12-исх-142

Главам городских и муниципальных
округов (районов) Пермского края

(по списку)

На № _____ от _____

О проведении 03.04.2022
Всероссийской акции
«10 000 шагов к жизни»

Уважаемые коллеги!

В порядке информирования и возможного участия граждан из муниципальных образований Пермского края направляем письмо Вице-Президента Лиги здоровья нации Н.В. Кононова от 03 марта 2022 г. № 01-НК-220303-02 о проведении 3 апреля 2022 года Всероссийской акции «10 000 шагов к жизни», приуроченной к Всемирному дню здоровья (далее – Акция).

Акция проводится в муниципальных образованиях на специальных маршрутах здоровья, информация о которых размещена в Едином реестре маршрутов здоровья России: <https://healthways.ru/>.

Участники проходят регистрацию на официальном сайте Лиги здоровья нации www.ligazn.ru.

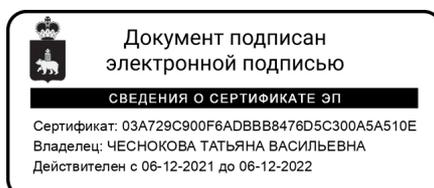
Участники Акции должны пройти 10 000 шагов в день Акции и выложить на странице Акции в соцсети ВКонтакте: <https://vk.com/10kstepstolife> свои фотографии с результатами шагомеров, подтверждающих, что они выполнили задачу. В этой публикации приветствуется отмечать друзей, коллег, членов семей в качестве вызова для прохождения аналогичной дистанции.

С более подробной информацией Вы можете ознакомиться по ссылке <https://ligazn.ru/blog/event/vserossijskaya-akciya-10-tsyach-shagov-k-zhizni>.

На основании вышеизложенного прошу проинформировать всех заинтересованных лиц о возможности участия в Акции.

Приложение: упомянутое на 3 л. в 1 экз.

Министр



Т.В. Чеснокова

Рачев Евгений Расимович
(342) 236 06 00



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ЛИГА ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ

107031, Москва, Большая Дмитровка, дом 22, стр. 1
Тел.: (495) 638-66-99
e-mail: fond@blago.info

Исх.№01-НК-220303-02
От «03» марта 2022 г.

Губернатору Пермского края

Д. Н. МАХОНИНУ

Глубокоуважаемый Дмитрий Николаевич!

3 апреля 2022 г. пройдет Всероссийская акция «10 000 шагов к жизни», приуроченная к Всемирному дню здоровья.

Организаторы - Общероссийская общественная организация «Лига здоровья нации», Общероссийский Конгресс муниципальных образований и Общенациональная Ассоциация территориального общественного самоуправления (ОАТОС) при поддержке Минспорта России и Минздрава России.

Главная цель Акции – привлечь внимание максимального количества граждан к выбору и ведению здорового образа жизни, повышению двигательной активности.

В Акции 2021 года приняло участие более миллиона человек из более чем 500 населённых пунктов Российской Федерации.

Учитывая, что в Пермском крае проводится большая работа по здоровьесбережению жителей, прошу Вас поддержать проведение Акции в Вашем регионе, проинформировать администрации муниципальных образований Пермского края о порядке проведения Акции (краткая концепция прилагается) и о регистрации участников на сайте Лиги здоровья нации: www.ligazn.ru.

А также прошу, делегировать Вашего представителя для участия в заседании рабочей группы по организации и проведению Акции, которое состоится 10.03.22 г. в 11:00 в формате онлайн (ссылка будет дана дополнительно).

О Вашем решении прошу проинформировать координатора Акции Попова Андрея Викторовича (Тел.: +7 (916) 649-64-21, E-mail: partner@ligazn.ru).

С искренним уважением,

**Вице-Президент
Лиги здоровья нации**

Н. В. Кононов

**Концепция
Всероссийской акции «10 000 шагов к жизни»**

03 апреля 2022 года

В рамках Всемирного дня здоровья

Девиз Акции – «Здоровье планеты - наше здоровье»

Организаторы:

- Общероссийская общественная организация «Лига здоровья нации»;
- Общероссийский Конгресс муниципальных образований;
- Общенациональная Ассоциация территориального общественного самоуправления (ОАТОС);

При поддержке:

- Правительства Москвы, администрации регионов, органов местного самоуправления регионов Российской Федерации.

Цель: привлечь внимание максимального числа граждан к выбору и ведению здорового образа жизни, к участию в решении многочисленных вопросов, связанных с повышением ее качества.

Задачи:

- Содействие в реализации Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья»;
- Увеличение доли граждан, приверженных здоровому образу жизни;
- Увеличение доли граждан систематически занимающихся физической культурой и спортом до 70%;
- Формирование навыков и знаний, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья и работоспособность человека.

Участники:

- Граждане всех возрастов, проживающие на территории РФ, особенно молодежь и лица старшего возраста.

Порядок проведения:

Акция проводится в муниципальных образованиях на специальных маршрутах здоровья.

Проведение Акции осуществляется в соответствии с рекомендациями, направленными Лигой здоровья нации всем организаторам (муниципалитетам, общественным объединениям и т.д.).

Участники проходят регистрацию на официальном сайте Лиги здоровья нации (www.ligazn.ru).

Центральная площадка - г. Москва, ВДНХ, где организован Маршрут №1 и проведение Акции проходит в соответствии со специальным сценарием (Приложение №1).

В этом году исполняется восемь лет с момента запуска Акции на ВДНХ и она снова становится центральной площадкой её проведения.

Информация об итогах Акции в регионах (количество участников, открытых маршрутах) для обобщения и подведения общих итогов, направляется в адрес Лиги здоровья нации в 3-х дневный срок после проведения акции (E-mail: partner@ligazn.ru) и размещается на сайте Лиги.

Справочно:

С 2015 года на различных площадках страны проводится Всероссийская акция «10 000 шагов к жизни», которая является базовым элементом Общероссийской общественной программы Лиги здоровья нации - «Здоровый муниципалитет». Программа направлена на развитие и пропаганду естественных методов оздоровления и проводится под девизом «Наилучшее здоровье с наименьшими затратами».

Акция «10 000 шагов к жизни» основана на рекомендации Всемирной организации здравоохранения проходить в день от 6 до 10 тысяч шагов для поддержания минимума нормальной физической активности человека.

4 апреля 2021 года, по инициативе Общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации» и Общероссийского Конгресса муниципальных образований на территориях более 500 муниципальных образований были открыты Маршруты здоровья «10 000 шагов» и прошла Всероссийская акция «10 000 шагов к жизни», приуроченная к Всемирному дню здоровья. Только зарегистрировано было более миллиона человек.