Анализ достигнутых результатов с применением анкетирования на 01.01.2019 года

 Изменения достигнутые в отношении к собственному здоровью за период реализации проекта 2015-2018 годы:

- на 1,8% увеличение населения, изменившего свой образ жизни на более здоровый;

- на 2% увеличение лиц систематически занимающихся физической культурой и спортом;

- проводить свободное от работы/учёбы время совершая прогулки на свежем воздухе увеличилось на 1,4%

- на 1,6% увеличилось количество лиц овладевших навыками самоконтроля (измерение артериального давления).

**Организация питания**

**-**на 1,9% увеличилось количество респондентов, которые завтракают;

**-**на 1,6% увеличилось число лиц, которые стараются максимально разнообразить питание;

**-**на 2,5% увеличилось число лиц, которые следят за маркировкой и сроками годности продуктов питания;

**-**на 1,9% увеличилось число принимающих витаминно-минеральные комплексы;

**-**на 1,4% увеличилось количество людей, имеющих массу тела в пределах нормы;

**-** на 1,2% увеличилось число лиц, которые соблюдают умеренность в потреблении продуктов питания;

**-** на 1,2% больше стали использовать йодированную соль;

- на 1,6% больше стали включать в ежедневный рацион овощи (свежие, отварные, тушёные);

- на 4,3% больше стали включать в ежедневный рацион фрукты;

- на 1,3% меньше стали использовать в приготовлении пищи растительное масло;

- на 1,5% увеличилось число лиц, которые стараются употреблять в пищу только натуральные продукты;

- н 0,5% увеличилось число лиц, которые стараются употреблять продукты с профилактическим эффектом.

**Психологический климат в семье**

**-** на 1,2% увеличилось количество людей, которые имеют тёплую дружескую атмосферу в семье;

**-** на 1,6% увеличилось количество людей, отмечающих, что в семье отношения равны, все проблемы решаются совместно;

**-** на 3,2% увеличилось количество людей, в семьях которых в воспитании детей принимают участие оба родителя;

**-** на 0,3% увеличилось число лиц, которые контролируют своё психическое здоровье.

**Профилактика зависимого поведения**

**-** на 2,0% увеличилось число людей, отказавшихся от курения в текущем году;

**-** на 1,5% увеличилось количество людей, желающих бросить курить;

**-**на 3,1% увеличилось количество людей не одобряющих курение в общественных местах;

**-**на 1,8% увеличилось количество людей, которые отрицательно относятся к употреблению наркотиков;

**-**на 1,6% увеличилось количество людей, которые не употребляют пиво;

**-**на 1,9% увеличилось число людей, отказавшихся от употребления лёгких вин;

**-**на 1,8% увеличилось количество людей, отказавшихся от употребления крепких спиртных напитков;

**-**на 0,7 % снизилось употребление пива до нескольких раз в год.