

ДЕРЖАВНА УСТАНОВА  
«ЧЕРКАСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР КОНТРОЛЮ ТА  
ПРОФІЛАКТИКИ ХВОРОБ  
МІНІСТЕРСТВА ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ»  
(ДУ «ЧЕРКАСЬКИЙ ОЦКПХ МОЗ»)  
вул. Захисників України, 3, м. Черкаси, Черкаська область, 18005

Безперервний професійний розвиток для фахівців відділів та відділень  
ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»

ПРОГРАМА

тренінгу на тему «Фактори ризику НІЗ та їх профілактика: вживання тютюну,  
алкоголю, брак фізичної активності. Майстер-клас зі скандинавської ходьби»

26 травня 2026 року о 10:00 год.

Посилання для реєстрації на захід:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd8Qt4jRwpAP5M0yDN1LL3pNqBhy8SmQA-jMcOS5u4G5ZdA1g/viewform?usp=publish-editor>

Очне навчання у режимі реального часу

Кількість учасників – 30

Кількість астрономічних годин – 6

Кількість академічних годин – 8

<b>Час</b>	<b>Тема</b>	<b>ІБ лектора, посада</b>
10:00 - 10:15	Реєстрація учасників. Відкриття заходу. Вступне слово	Н.М. Видра, заступник генерального директора з дослідження фізичних та хімічних факторів ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
10:15 – 10.30	Вступ до проблеми НІЗ. Актуальність профілактики. Основні поведінкові фактори ризику НІЗ: огляд	С.С. Нікітюк, завідувач відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
10.30 - 11.00	Вживання тютюну: вплив на здоров'я та підходи до профілактики	С.С. Нікітюк, завідувач відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
11.00 - 11.20	Методи відмови від куріння. Коротке мотиваційне консультування. Обговорення. Питання-відповіді	С.С. Нікітюк, завідувач відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»

11.20 - 11.45	Вживання алкоголю як фактор ризику НІЗ. Скринінг та профілактика	С.С. Нікітюк, завідувач відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
11.45 - 12.00	Інструменти оцінки ризиків (AUDIT). Практичні аспекти. Обговорення. Питання-відповіді	Усі учасники
12.00 - 13.00	Перерва	Усі учасники
13.00 - 13.30	Брак фізичної активності як фактор ризику. Рекомендації ВООЗ	Н.А. Жуковська, психолог відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
13.30 – 14.30	Майстер-клас: основи техніки скандинавської ходьби	Н.А. Жуковська, психолог відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
14.30 - 15.00	Практичне відпрацювання техніки скандинавської ходьби. Підсумки заходу	Н.А. Жуковська, психолог відділу епідеміологічного нагляду та профілактики неінфекційних хвороб ДУ «Черкаський ОЦКПХ МОЗ»
15.00 - 15.30	Підсумкове тестування (оцінка засвоєння знань та навичок)	Усі учасники
15.30 - 16.00	Обговорення результатів, відповіді на запитання, підбиття підсумків тренінгу	Усі учасники