LEPOTA набирает обороты

Этой весной при поддержке программы «Приоритет 2030» и гранта Росмолодежи стартовал общеуниверситетский проект LEPOTA. Сконцентрировать информационно-просветительскую работу на том, чтобы стало популярным и модным быть социально и физически активным, вести здоровый образ жизни, правильно и рационально организовывать свое время, создавать вокруг себя комфортную и гармоничную среду — на это направлен проект. И он уже набирает обороты. Кого-то это удивит, но LEPOTA имеет свою философию.

Основная идея — научиться быть счастливыми. И это, пожалуй, ключевой момент во всем, что нами задумывается и реализуется. LEPOTA настраивает людей на то, что мы сами творцы своего будущего, а наше счастье и здоровье зависят только от нас. Я имею в виду не только физическое здоровье, но и психологическое. А помогают в этом любимые хобби, творчество, достаточная двигательная активность, позитивное мышление, сбалансированное питание, осознанное потребление. И вуз — как работодатель для более 5 тысяч сотрудников и как место учебы для 35 тысяч студентов — должен мотивировать и вовлекать их в эту идеологию. К этому мы и стремимся, — говорит начальник Управления по связям

с общественностью СПбПУ Марианна Дьякова.

Рассказываем о событиях, которые прошли в рамках проекта LEPOTA в мае.

Экология — наше дело

10 мая в Яблоновском саду состоялся ежегодный экологический фестиваль «Чистые игры», к которому присоединился и Политехнический университет. Вуз представляли две команды — PolyCleaners и «Почистили» от студенческого эко-объединения ReGreen. Они искали артефакты, решали экологические загадки, собирали и разделяли мусор, получали за это баллы и призы. Участники соревновались в том, какая команда больше всех соберет стекла, пластика и бумаги и отсортирует их по мешкам. Всего за один час территория стала чище на несколько тонн мусора!

В ходе прямого эфира «Экологичная жизнь», который прошел в Телестудии Политеха 12 мая, руководитель студенческого эко-объединения ReGreen Анастасия Рагозина рассказала о том, как сделать свою жизнь более экологичной, почему сортировка мусора намного сложнее, чем кажется, и том, как наше пищевое поведение может влиять на экологию. Как всегда, желающие смогли задать свои вопросы спикеру в прямом эфире.

Также ReGreen организовал I Межвузовский слет городской ассоциации

молодежных экологических объединений Санкт-Петербурга. Мероприятие прошло с 20 по 22 мая, собрав руководителей и активистов эко-сообществ из 17 вузов. И наконец, ребята из студенческого экологического объединения Политеха ReGreen подали заявку и на Всероссийский конкурс студенческих экопроектов «Мой зеленый вуз», миссия которого — внедрение стандартов «зеленого» администрирования в высших учебных заведениях и формирование экологического мышления в вузовском сообществе.
По итогам конкурса Политех оказался на 2 месте среди российских вузов!

Сделали зарядку, пробежались по парку и покатили на великах по ЗСД!

16 и 18 мая для студентов Политеха прошли утренние зарядки. Их посетило более 150 человек. Их провели представители сборных вуза по хоккею и мини-футболу. А солнечное субботнее утро 14 мая сотрудники и студенты провели в кругу политехнической семьи — на празднике «Семейный День Победы». К ним присоединились выпускники вуза, учащиеся школ, жители района, профессионалы и любители бега со всего города и поучаствовали в забеге в честь Героя Советского Союза выпускника Политеха Виктора Лягина. Забег в честь выдающегося разведчика Лягина — это возрождение исторической традиции, которая начиналась в 1972 году. Подробнее о том, как отметили в Политехе «Семейный День Победы», можно прочитать в статье.

LEPOTA стремительно выходит за пределы кампуса вуза, и вот уже мы участвуем в общегородском мероприятии — ЗСД Фонтанка Фест. На один день центральный участок Западного скоростного диаметра закрыли для автомобилей и открыли для бегунов и велосипедистов, в числе которых оказалась и большая команда политехников.

LEPOTA — это общеуниверситетский проект, и свою лепту в его реализацию вносят разные подразделения вуза. Очень активно проявил себя этой весной и реализовал множество мероприятий Центр волонтерских проектов «Гармония». Мастер-классы для психологического и физического здоровья, добрые дела для детей и мероприятия старшего поколения — это и многое другое сделало весну в Политехе по-настоящему «Гармонической».

Проект LEPOTA создан для продвижения концепции здорового образа жизни, благодаря чему он становится все более популярным. Но перемены происходят только тогда, когда человек прилагает регулярные и осознанные усилия на протяжении длительного времени и следует общеизвестным несложным правилам: занимается спортом, ест качественную и полезную пищу, достаточно спит, избегает стрессов и отказывается от вредных привычек. Этой весной в Политехе прошла акция против курения, а в Телестудии Политеха прошел прямой эфир с аддиктологом, специалистом по психологии зависимого поведения Анной Морозовой, которая рассказала о том, как бросить курить, и обсудила со слушателями все, что связано с этой пагубной привычкой.

Еще один эфир был посвящен тайм-менеджменту и эффективному самоуправлению. Его провел Александр Леонов, эксперт по личной эффективности, выпускник и амбассадор Политеха.

Материал подготовлен Управлением по связям с общественностью СПбПУ.

Текст: Инна Платова

Дата публикации: 2022.06.03

>>Перейти к новости

>>Перейти ко всем новостям