

Елена Чудесная

Но это не музей в привычном понимании с экспонатами в витринах, а современное образовательное пространство, рассказывающее о строении человеческого тела, полезных привычках и профилактике болезней. Мы спросили его создателя – директора благотворительного фонда «Социальное развитие» Екатерину Попову, зачем детям рассказывать о принципах здорового образа жизни и как развлечь интерес подрастающего поколения к своему организму.



– **Екатерина Викторовна, расскажите, как пришла идея создать в Архангельске Музей здоровья?**

– С 2021 года в Архангельске мы реализуем «Службу родственной помощи» – помогаем людям, которые ухаживают за заболевшими близкими. Регулярно взаимодействуем с медиками и слышим примерно одно и то же: 70 процентов заболеваний можно было избежать, если бы люди бережнее относились к своему здоровью. Заболел один, а жизнь меняется у всех членов семьи, которые становятся заложниками его немощи. И членам семьи приходится значительно перестраивать свою жизнь.

К сожалению, культура бережного отношения к своему здоровью у нас развита слабо. И зачастую люди сами, своими же руками губят свое здоровье. И вот так родилась идея поддержать государство, вектор развития которого направлен в том числе и на развитие превентивной (профилактической) медицины. Это направление в здравоохранении ориентировано на предупреждение возникновения заболеваний, их своевременное обнаружение и минимизацию рисков, связанных с развитием хронических патологий. И начать работу решили с детьми.

Дело в том, что я, как руководитель благотворительного фонда «Социальное развитие», была на одной из встреч с министром здравоохранения России Михаилом Альбертовичем Мухоморовым, на которой он сказал, что лично придерживается идеи про-

Путь к здоровью начинается через лестницу

В Архангельске открылся первый Музей здоровья



Фото из личного архива Екатерины Поповой

филактики – особенно среди детей. Ведь взрослых перевоспитать очень сложно. А взрослые, которые сами не научились относиться бережно к здоровью, конечно, не научат этому и своих детей. И наша задача – через открытие такого образовательного пространства – привлечь детей, подрастающее поколение к культуре бережного отношения к своему здоровью.

– **Что послужило прототипом просветительского проекта в Архангельске?**

– За основу мы взяли прототип – Музей здоровья в Санкт-Петербурге, который разработали ученые Национального медицинского исследовательского центра имени В. А. Алмазова и Российского кардиологического общества. Мы являемся фактически их филиалом в Архангельске. Мы написали проект в Фонд президентских грантов, который нам одобрили. Полученные финансы были направлены на ремонт помещения – будущего музейного пространства, и на образовательные материалы. Также нас поддержали несколько компаний Архангельска.

– **Кто разработал образовательную программу Музея здоровья?**

– Программу разработали сотрудники Национального медицинского исследовательского центра имени В. А. Алмазова и Российского кардиологического общества. Образовательная программа состоит из 15 занятий, которые усложняются поэтапно. Соответственно, ребенок в изучение культуры здоровья погружают постепенно, начиная от мысли – как появилась клетка, как она питается и так далее. Материал выдается с учетом возраста юного посетителя – его способности воспринять изучаемую информацию, для того чтобы ему было интересно, а главное, без перегруза и умственного перенапряжения. И задумка наша такая: первый цикл, состоящий из пяти занятий, дети посещают первый

учебный год, второй цикл, следующие пять – во второй год, а третий – оставшиеся пять.

По желанию, если ребенок готов к большому объему информации, можно и совместить два цикла в один год. Но мы все же за то, чтобы между занятиями было пространство – материал так усваивается лучше и более эффективно.

Музей здоровья находится на проспекте Ломоносова, 137, шестой этаж. Мы искренне советуем нашим посетителям подниматься на шестой этаж пешком, так как путь к здоровью начинается через лестницу. Дети с большим удовольствием принимают наш вызов и приходят в музей уже заряженные.

5 декабря 2025 года у нас состоялось официальное открытие музея. На открытии присутствовали наши партнеры – представители регионального министерства здравоохранения, министерства социального развития, труда и занятости Архангельской области и Управления Минюста России по Архангельской области и НАО. Также почетными гостями стали уполномоченный по правам ребенка при губернаторе Архангельской области Елена Молчанова и представители Северного государственного медицинского университета, Архангельского медицинского колледжа.

– **Есть ли глобальная цель у Музея здоровья? Какие занятия в нем сегодня проводятся на какой возраст они рассчитаны?**

– Это формирование культуры бережного отношения к своему здоровью начиная с детского возраста. Безусловно, это процесс, который требует длительного и планомерного подхода. Это как раз пример того, когда дети приходят к родителям и делают им замечания, что они неправильно питаются или небрежно относятся к своему здоровью. Это постепенный набор информации в мышлении, чтобы через 10–15 лет, у уже сформировавшейся личности что-то щелкнуло в голове, и он на совет друзей



И. о. министра здравоохранения Архангельской области Татьяна Русинова на открытии Музея здоровья

взять еще порцию фастфуда ответил бы так: «Нет, ребят, этот гамбургер – лишний, я возьму овощной салат с котлетой!»

Если говорить, на какой возраст рассчитаны наши занятия, то официально – с шести лет, но к нам приходили дети пяти с половиной лет, и они прекрасно вели себя, усваивали материал и с большим удовольствием смотрели в микроскоп. Соответственно, пятилетних детей мы тоже к себе ждем с удовольствием.

– **Расскажите, пожалуйста, подробнее о вашей образовательной программе, с какими запросами приходят посетители?**

– Если к нам от школы поступает запрос по изучению материала, то педагоги прислушиваются к нашим рекомендациям. Так, первый цикл занятий – «Как зародилась жизнь на Земле». Например, для пятиклассников этот модуль уже, вероятно, будет скучноват, и мы предлагаем сразу переходить ко второму – «Тело и что им управляет». Первый блок изучения в этом модуле – «Скелет и мышцы».

Недавно мы получили запрос от школы по изучению темы легких, так как учителя стали замечать, что учащиеся стали пробовать вейпы.

– **Кого вы приглашаете в качестве спикеров на занятия?**

– Студентов-медиков, но мы пришли к выводу, что хороший студент-медик не всегда является хорошим преподавателем. Поэтому мы чаще выстраиваем пару «студент–педагог» и «студент–медик» или уже «опытный педагог» и «студент-медик». Также мне нравится, что к нам подключаются нутрициологи, которые хорошо знают о системе питания, воздействии питательных веществ на организм человека, сочетаемости продуктов и так далее. И в этом случае это тоже отличный микс между преподавателем и медиком.

– **Поступают ли запросы на посещение Музея здоровья от взрослых?**

– Очень часто. Мы наблюдаем, как родители, которые у нас бывают на занятиях с детьми, часто увлекаются этим процессом. При этом далеко не все взрослые могут назвать, где и что у них в организме находится. Например, где у вас находится мозжечок, можете сказать?

Поэтому мы прорабатываем возможность проведения занятий и для взрослых. Но все же наш музей ориентирован на детей, причем мы выступаем за то, чтобы взрослые на занятиях не присутствовали. Мы хотим, чтобы юные посетители чувствовали себя расслабленно, комфортно и уютно. В нашем пространстве они могут быть живыми, веселыми и даже прыгать. Как правило, присутствие взрослых их сдерживает. К тому же взрослые увлекаются процессом и начинают отвечать на вопросы раньше детей, что совершенно недопустимо.

– **Каким видите музей через пять лет?**

– Через пять лет искренне надеюсь, что музей станет востребованным пространством, в которое с удовольствием будут ходить дети, а их родители желать такого времяпрепровождения. Потому что мы будем говорить то, что пытаются говорить им родители, но дети их не всегда слышат.

Я могу сказать на своем примере – у меня 12-летний ребенок, я рассказываю ему о культуре здорового образа жизни, которого я сама придерживаюсь. Зачастую мамы слова, по своему опыту знаю, воспринимаются как нечто триста раз сказанное. А когда дети слышат эту информацию уже со стороны, то они воспринимают ее иначе. И поэтому я искренне считаю, что наш музей станет помощником для родителей в донесении до детей информации о здоровье.

Плюс мы планируем делать выездные занятия в округах и районах Архангельской области, привлекать старшеклассников из профильных медицинских классов к занятию с учащимися начальной школы.

Кстати

ПРОЕКТ РЕАЛИЗОВАН с помощью Фонда президентских грантов.