**Всемирный день сердца**

Всемирный день сердца - это ежегодная глобальная кампания в области здравоохранения. С 2011 года Всемирный день сердца отмечают 29 сентября. Ее основная задача - повышение осведомленности о заболеваниях сердечно-сосудистой системы, причинах их возникновения и способах предотвращения. Сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смертей в мире, унося 18 млн жизней в год.

 Девиз Всемирного дня сердца 2020 года, как и в предшествующие годы – «Сердце для жизни».

 В России этот день традиционно открывает Национальную неделю здорового сердца. В это время проходят мероприятия, на которых все желающие получают рекомендации о том, как предотвратить проблемы с сердцем, распознать инсульт, оказать первую помощь человеку, которому стало плохо. Как и во всем мире, общественные организации России устраивают просветительские и спортивные акции, где рассказывают о важности здорового образа жизни и предлагают комплексы упражнений, ежедневное выполнение которых сможет минимизировать угрозу сердечно-сосудистых заболеваний.

 Эта дата призвана привлечь внимание общества к вопросам сохранения здоровья, подчеркнуть важность профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, как на массовом, так и на индивидуальном уровне.