

**“Protejează-ți sănătatea!
Sănătatea reproducerii – dreptul și responsabilitatea ta!”**

Luna februarie

Sloganul campaniei: “Protejează-ți sănătatea! Sănătatea reproducerii – dreptul și responsabilitatea ta!”.

Scopul campaniei: Informarea și conștientizarea adolescenților și femeilor gravide cu privire la diferitele aspecte ale sănătății sexuale (sănătății reproducerii).

Obiectivele campaniei:

Creșterea nivelului de informare a adolescenților și femeilor gravide privind:

- contracepția,
- importanța planificării familiale,
- sănătatea în perioada sarcinii,
- avorturile și complicațiile acestora,
- mortalitatea maternă și infantilă,
- bolile cu transmitere sexuală.

Mesaje:

Pentru adolescenți.

- Adolescenții au dreptul de a lua decizii legate de sănătatea lor și de a solicita servicii care susțin aceste drepturi, inclusiv sănătatea și drepturile sexuale și reproductive.
- Ignoranța, stânjenirea și dezinformarea împiedică adolescenții să preia controlul asupra sănătății lor.
- Tinerii au libertatea de a se informa despre alegerile și comportamentele prin care relațiile sexuale sunt mai sigure, pentru a reduce riscul de ITS.
- Informează-te despre sănătatea reproducerii din surse de încredere !
- Unica metodă contraceptivă care vă protejează atât de sarcinile nedorite cât și de bolile cu transmitere sexuală este prezervativul!

Pentru femei gravide.

- Ai grijă de sănătatea ta încă dinainte de a rămâne însărcinată !
- Asigură o bună stare de sănătate atât ție cât și copilului tău pe toată perioada sarcinii!
- Adoptă o dietă echilibrată și adecvată perioadei de sarcină!
- Evitați complet fumatul activ și pasiv și consum de băuturi alcoolice sau droguri!
- Redu consumul de cofeină pe parcursul evoluției sarcinii!
- Fii activă fizic pe tot parcursul sarcinii, asigurând cel puțin 30 de minute de exerciții moderate zilnic!
- Monitorizează constant greutatea corporală!
- Consultă periodic medicul !

Grupuri țintă: femeile gravide, adolescenții, populația generală.