

## Thème : l'hypertension

Chers élèves,

La Journée mondiale de la Santé en 2013 est consacrée au thème de l'hypertension, ou élévation de la pression sanguine. Cette campagne vise à promouvoir une plus grande prise de conscience et des comportements plus sains pour prévenir l'hypertension, améliorer les chances de dépistage précoce et soutenir des environnements qui favorisent une bonne santé. La maîtrise de l'hypertension peut aider à prévenir les crises cardiaques, les accidents vasculaires cérébraux et d'autres conditions qui peuvent causer des incapacités ou même la mort subite.

Le message principal est que l'hypertension, un problème de santé certes grave, peut être évitée et traitée. Prévenir l'hypertension signifie essentiellement suivre un mode de vie sain qui comprend une alimentation équilibrée, une activité physique et le fait d'éviter la consommation de tabac.

Pourquoi l'hypertension ?

L'hypertension augmente le risque de crises cardiaques, d'accidents vasculaires cérébraux, de l'insuffisance rénale, de cécité et d'autres affections vasculaires.

Dans la plupart des populations, on estime qu'un adulte sur trois est touché par l'hypertension. La proportion augmente avec l'âge, passant d'une personne sur dix chez les 20-30 ans à cinq sur dix chez les personnes âgées de 50 ans et plus.

**Quel est le rôle de chacun ?**

Nous pouvons tous contribuer à réduire le risque d'hypertension en :

réduisant la consommation de sel

ayant une alimentation équilibrée

exerçant une activité physique régulière

conservant un poids corporel équilibré

évitant le tabac sous toutes ses formes : cigarettes et narguilé (chicha)

Chers élèves

Vous pouvez contribuer aux efforts visant à prévenir l'hypertension en participant aux activités de la Journée mondiale de la Santé. Par exemple, vous pouvez mieux faire connaître les causes et les conséquences de l'hypertension et encourager les personnes que vous connaissez à changer leurs comportements pour éviter l'hypertension. Vous pouvez aussi convaincre les adultes autour de vous de faire vérifier leur tension artérielle régulièrement.

Vous pouvez également exprimer ces concepts à travers un concours de d'expression artistique.

### **Conditions de participation** :

1. Les œuvres peuvent être soumises sous forme de dessin ou de peinture par tout élève âgé de 8 à 18 ans.

2. Les œuvres peuvent être faites sur du papier à dessin classique, en utilisant toutes sortes de couleurs.

3. Les candidatures doivent être envoyées au Représentant de l'OMS de votre pays, ou au Directeur du Département des relations internationales du ministère de la Santé, afin d'être transmises au Bureau régional de l'OMS pour la Méditerranée orientale.

4. Date limite de réception des œuvres : 28 février 2013.

5. Les œuvres soumises seront jugées par tranches d'âge : 9 ans et moins, 10-11 ans, 12-13 ans, 14-15 ans, et 16 ans et plus.

6. Les membres du jury siégeront au Bureau régional au Caire pour juger toutes les œuvres soumises ; leur verdict sera définitif.

7. L'OMS ne restituera pas les œuvres à leurs propriétaires, qu'elles aient été primées ou non.

8. L'OMS se réserve le droit d'utiliser les œuvres soumises dans ses publications..

9. Chaque candidature doit comprendre le formulaire joint à ce document et comporter les renseignements suivants :

Nom complet du (de la) candidat(e)

Pays de résidence

Âge

Sexe

Adresse complète du domicile

Nom et adresse de l'établissement scolaire (avec contact téléphonique)

Nom et adresse du tuteur légal (avec contact téléphonique)

Les informations susmentionnées doivent être écrites de manière lisible et de préférence être dactylographiées.

**Les œuvres soumises sans ces informations ne seront pas prises en considération.**

10. Les lauréats recevront des prix équivalents à 200, 175, 150, 125 et 100 dollars US respectivement, ainsi qu'un diplôme d'honneur. Une exposition des œuvres primées sera organisée dans les locaux du Bureau régional de l'OMS au Caire.

### **NOTE À L'INTENTION DES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES ET DES PROFESSEURS D'ARTS PLASTIQUES**

Les établissements scolaires sont encouragés à faire un choix parmi les œuvres dont ils présentent la candidature. Bien que tous les élèves soient fortement incités à prendre part à ce concours de sensibilisation au thème de la Journée mondiale de la Santé, les membres du jury n'examineront que les œuvres prometteuses. Les élèves doivent être aidés à remplir le formulaire de façon lisible et complète.

Nom complet

Tranche d'âge

8–9

10–11

12–13

14–15

16–18

Pays

Sexe

Adresse du domicile

**Nom et adresse de l'établissement scolaire**

**Numéro de téléphone du domicile** (avec indicatif)

**Numéro de téléphone de l'établissement scolaire** (avec indicatif)

Saturday 17th of May 2025 10:12:29 PM