

Горожан приглашают к проекту «Активное долголетие»

В Кудымкаре 22 ноября 2018 года состоялось торжественное открытие пилотного проекта «Путь к активному долголетию», направленного на улучшение качества жизни людей старшего возраста, продление возраста активного долголетия за счет привлечения пенсионеров к регулярным образовательным занятиям и практическим занятиям физической культурой, а также повышение информированности о правах в социальное сфере.

Проект реализуется АНО «МедПроф», при поддержке Пермского краевого центра медицинской профилактики и Совета по защите прав пациентов при Министерстве здравоохранения Пермского края, при финансовой поддержке Администрации губернатора Пермского края.

Участников групп ждут: обследование состояния здоровья в Центре здоровья, еженедельные лекции волонтеров-медиков на самые актуальные темы, связанные с сохранением здоровья с учетом возрастных особенностей, дневники здоровья, заполняя которые на протяжении проекта участники смогут не только оценить динамику самочувствия в течении дня, но и обзавестись несколькими полезными привычками, такими как: ежедневное измерение артериального давления и пульса, систематический контроль массы тела и прочих показателей здоровья.

Также участников проекта ждет интерактивная часть – мастер-классы по доступным и полезным для пенсионеров видам двигательной активности, среди них: скандинавская ходьба, дыхательная гимнастика.

ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ ГОРОЖАН К УЧАСТИЮ ПРОЕКТА «ПУТЬ К АКТИВНОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ».

ДАТА И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ: 5 ДЕКАБРЯ 2018 ГОДА.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: паркетный зал МБУК «Культурно-Деловой Центр».

ТЕМА ПРОЕКТА: Правила питания для активного долголетия, Мастер-класс «Правила измерения АД».

ВХОД СВОБОДНЫЙ!ЗАПИСЬ И СПРАВКИ ПО ТЕЛ. 4-65-40