

## Новосибирцев приглашают проверить здоровье на Дне физкультурника

ПРИГЛАШАЕМ НА ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

в рамках Дня физкультурника

**08.08.2026**  
**с 09:00 до 15:00**



8 августа 2026 года с 09:00 до 15:00 парк культуры и отдыха «Михайловская набережная» (г. Новосибирск, ул. Большевицкая, 12, корпус 3) станет главной площадкой для всех, кто выбирает активный образ жизни. В рамках празднования Дня физкультурника специалисты центров здоровья для взрослого населения проведут масштабную акцию, направленную на профилактику заболеваний и формирование приверженности к здоровому образу жизни.

Мероприятие организовано в целях профилактики хронических неинфекционных заболеваний, выявления факторов риска их развития, а также повышения мотивации жителей Новосибирска следить за своим самочувствием.

В течение всего дня каждый желающий сможет бесплатно проверить состояние своего организма по нескольким ключевым направлениям:

- Специалисты оценят основные показатели здоровья для раннего выявления факторов риска ХНИЗ. В программу войдут экспресс-анализ крови на глюкозу и холестерин, измерение артериального давления, расчет индекса массы тела, биоимпедансометрия;
- По итогам обследования посетители получают углубленную консультацию. Эксперты разработают персональную программу по ведению здорового

образа жизни и дадут индивидуальные рекомендации по питанию с учетом особенностей организма каждого пациента;

– Мастер-класс «Спасение жизни в твоих руках»

Практическое занятие по оказанию первой доврачебной помощи. Под руководством инструкторов участники отработают навыки сердечно-легочной реанимации на манекенах-тренажерах;

– Информационная палатка «Вредным привычкам — нет!»

Интерактивная зона, где можно будет наглядно увидеть последствия курения и употребления алкоголем для организма.

Приглашаем всех жителей и гостей города уделить время самому главному — своему здоровью.