

Более 160 человек проверили здоровье в День физкультурника



8 августа 2026 года на Михайловской набережной состоялась масштабная профилактическая акция, приуроченная ко Дню физкультурника. Мероприятие объединило жителей и гостей города, которые смогли бесплатно проверить состояние своего здоровья и получить рекомендации специалистов по ведению здорового образа жизни.

Главной целью акции стала профилактика хронических неинфекционных заболеваний, выявление факторов риска их развития и повышение мотивации новосибирцев внимательнее относиться к своему здоровью.

В течение дня специалисты центров здоровья для взрослого населения проводили комплексные профилактические обследования. Участники могли измерить артериальное давление, определить уровень глюкозы и холестерина в крови, рассчитать индекс массы тела и пройти биоимпедансометрию.

Центр здоровья посетили более 160 человек. По результатам обследований специалисты проводили индивидуальное углубленное консультирование: помогали оценить состояние здоровья, определить возможные факторы риска и составляли персональные рекомендации по здоровому образу жизни и питанию.

Практическая часть мероприятия была посвящена навыкам, которые могут однажды спасти жизнь. На площадке неотложной помощи участники мастер-класса «Спасение жизни в твоих руках» под руководством инструкторов отрабатывали приемы сердечно-легочной реанимации на манекенах-тренажерах.

Отдельное внимание специалисты уделили профилактике вредных привычек. На информационной площадке «Вредным привычкам — нет!» участники могли узнать больше о влиянии курения и злоупотребления алкоголем на организм и получить профилактическую информацию.

Всего площадку неотложной помощи и профилактики вредных привычек посетили 122 человека.

День физкультурника стал для новосибирцев не только праздником спорта и движения, но и возможностью уделить время самому главному — своему здоровью.

