



{morfeo 3031}

В субботу 12 апреля в Горно-Алтайске прошла Всероссийская акция «10000 шагов к жизни», приуроченная к Всемирному Дню здоровья. Всего акция объединила свыше четырехсот человек - сторонников здорового образа жизни. Сотрудники Управления Роспотребнадзора и Центра гигиены и эпидемиологии приняли участие в мероприятии.

Участникам мероприятия необходимо было пройти от Управления Роспотребнадзора до Городского парка культуры и отдыха.

Перед стартом участников поприветствовали руководитель Управления Роспотребнадзора Елена Кичинекова, Председатель Комитета Государственного Собрания – Эл Курултай Республики Алтай по здравоохранению и социальной защите Алена Казанцева, заместитель министра здравоохранения РА Юрий Климов, представители общественности.

Акция прошла на хорошей позитивной волне, все участники благополучно финишировали, получили сувениры и самое главное - заряд бодрости и позитива на весь день. Проект «10 000 шагов к жизни» основан на рекомендованном ВОЗ оптимуме дневной двигательной активности для взрослого населения.

Подобные мероприятия направлены на развитие и пропаганду естественных методов оздоровления и руководствуется принципом «Наилучшее здоровье с наименьшими затратами». В основе программы лежат рекомендации ВОЗ по эффективному режиму двигательной активности. Цель программы: сформировать навыки и знания,

оказывающие положительное влияние на состояние здоровья и работоспособность человека.

Акция вызвала живой интерес у жителей столицы региона. Многие приходили семьями, коллективами. Республика Алтай – это регион, где в любом уголке для всех жителей в шаговой доступности предоставлены многообразие форм физической активности на любой вкус, возраст и степень подготовки. При этом большинство из этих активностей не требуют финансовых вложений.