

Специалисты поликлиники № 2 помогут жителям Чертанова Северного сохранить здоровье на долгие годы

15.03.2019

Городская поликлиника № 2 присоединилась к программе «Московское долголетие». Об этом учреждение сообщило на своем [сайте](#) 13 марта.

Теперь жители Чертанова Северного, женщины от 55 лет и мужчины от 60 лет, а также те, кто досрочно вышел на пенсию, смогут посещать занятия по лечебной физической культуре. Высококвалифицированные специалисты учреждения проведут все необходимые исследования и подберут правильный режим дня для каждого подопечного.

«Для участников разработают индивидуальные программы с учетом медицинских показаний к физической активности, перенесенных заболеваний и состояния здоровья», - отметила главврач медорганизации Наталья Шиндряева.

По ее словам, занятия являются частью проекта «Тренировки долголетия», разработанного специалистами Московского научно-практического центра медицинской реабилитации, восстановительной и спортивной медицины. Для уроков уже оборудовали необходимое пространство.

В поликлинике открываются группы лечебной физической культуры и школа здоровья «Контроль веса». Специалисты учреждения определят оптимальный режим питания и физических нагрузок. Также в медорганизации будут проходить интерактивные лекции в мини-группах, где участники «Московского долголетия» смогут получить практические рекомендации.

Записаться можно по адресам: микрорайон Северное Чертаново, корпус 805 и улица Чертановская, дом 14. Заявление принимают и в районном филиале территориального центра социального обслуживания «Чертаново» - улица Чертановская, дом 1В, корпус 1.

Фото: ТЦСО «Чертаново»

Адрес страницы: <http://chertanovo-severnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/7952974.html>

[Управа района Чертаново Северное города Москвы](#)