Начни утро с заботы о своём здоровье!

Специалисты Центра общественного здоровья и медицинской профилактики города Старого Оскола начали свой субботний день 13 августа 2022 года с хорошей мысли, улыбки и задумки сделать то, что изменит жизнь обратившихся к ним людей!

Очередное мероприятие в рамках проекта «Жизнь после COVIDа!» прошло в парке «Металлургов» (микрорайон Олимпийский).

Все желающие смогли измерить уровень глюкозы и холестерина крови, артериальное давление, уровень насыщения крови кислородом, получить индивидуальные рекомендации по сохранению и укреплению здоровья. Было проведено занятие по лечебной физкультуре - дыхательная гимнастика по восстановлению после Covida, психологическое консультирование, мастер-класс техники скандинавской ходьбы.

Участникам вручены [листовки и буклеты](https://www.med-prof.ru/skachat/) с полезными советами по восстановлению после перенесенной коронавирусной инфекции, о ведении ЗОЖ, профилактике заражения COVID и других хронических и инфекционных заболеваний.

Следующее мероприятие состоится 20 августа 2022 года в парке «Зелёный лог» с 9:30 -12:00

**Приглашаются все желающие!**

Проект реализуется при поддержке грантового конкурса «ВМЕСТЕ! С моим городом» компании «Металлоинвест».   
Информация о проекте: [http://vmeste.oskol.city](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fvmeste.oskol.city&post=-168951083_502&cc_key=)   
[#ВМЕСТЕсМоимГородом](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%92%D0%9C%D0%95%D0%A1%D0%A2%D0%95%D1%81%D0%9C%D0%BE%D0%B8%D0%BC%D0%93%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%BC), [#ВМЕСТЕсМеталлоинвестом](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%92%D0%9C%D0%95%D0%A1%D0%A2%D0%95%D1%81%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BB%D0%BE%D0%B8%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC)