



18 мая 2013 года в рамках фестиваля «Здоровая Москва» состоится акция международного движения «Прогулка с врачом», организатором и руководителем которого является доктор медицинских наук, главный сотрудник Центра имени А.Н.Бакулева — Ольга Бокерия.

Мировой проект Walk with a Doc более десяти лет еженедельно собирает на прогулки с ведущими кардиологами мира жителей США, Канады, Великобритании, Австралии, Индии и других стран. Год назад движение стартовало и в России.

«Прогулка с врачом» - доступный способ профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и оздоровления организма в целом. «30 минут ходьбы в день снижают риск сердечно-сосудистых заболеваний в семь раз, а также значительно уменьшает риск возникновения сахарного диабета, болезней костей и суставов», - считает Ольга Бокерия.

Прогулка начнется в 12:00 на площадке «Лекторий» с семинара о здоровье сердечно-сосудистой системы, продолжится контрольным измерением веса, пульса, давления и уровня сахара в крови и завершится моционом по парку «Красная Пресня». Для участия необходимы спортивная обувь и одежда по сезону.

Фестиваль «Здоровая Москва» пройдет на территории парка культуры и отдыха «Красная Пресня» 18 и 19 мая. Цель фестиваля — популяризация принципов здоровой

жизни, знакомство с новыми эффективными направлениями и методами оздоровления человеческого организма и создание уникальной открытой площадки для общения с единомышленниками.

Официальный сайт фестиваля «Здоровая Москва»: www.zdorovayamoskva.ru

Официальный сайт проекта «Прогулка с врачом» www.walkwithadoc.ru

Официальный сайт проекта Walk with a Doc: www.walkwithadoc.org

Адрес парка «Красная Пресня»: м. «Ул. 1905 года» или «Выставочная», улица Мантулинская, 5.