

«Активно жить – здорово»



В рамках госпроекта «Иваново-здоровый город» и с целью формирования новых интересов и помощи в освоении новых видов оздоровительной деятельности, позволяющих заполнить досуг, расширить кругозор, адаптироваться к меняющемуся миру в Ивановском территориальном центре функционирует гостевой клуб «Активно жить – здорово» с членами Брестской областной организации ОО «БелТИЗ». В 26 марта 2025 года прошло очередное заседание клуба по теме: «Систематические и умеренные нагрузки при занятии физической активностью». Участники встречи познакомились с основными видами физической активности, медицинскими противопоказаниями, рекомендациями Всемирной организации здравоохранения, а также закрепили предложенные рекомендации практически на физкультурном занятии.