«Здорове життя – це життя з рухом» з таким лозунгом проходять зайняття з підопічними КЗ «ПРЦНСП».

Після виходу на пенсію у багатьох людей з’являється чимало вільного часу. Деякі втрачають смак до життя і проводять свою старість сидячи вдома.  Для активних людей є прекрасна можливість поліпшити стан свого здоров’я. Це систематичні заняття фізичними вправами, якими займаються підопічні   КЗ «ПРЦНСП». Вони підвищують витривалість організму та впевненість в собі. Регулярні фізичні вправи і фізична активність можуть зробити дива із вашим здоров’ям та тілом. Фізична активність допомагає запобігти хворобам серця, діабету, остеопорозу, а також безлічі інших захворювань, і є ключовою умовою для схуднення та підтримки здорової ваги. Вправи та регулярна фізична активність допомагає багатьом системам та органам людського тіла працювати краще і дуже сильно зменшує ризик виникнення багатьох захворювань.