

# У Чернігові розповідали, як зберегти здоров'я

Відвідувачі виставки «Здоров'я» перевірили роботу вестибулярного апарату, індекс маси тіла, рівень глюкози, внутрішнього жиру. Також познайомилися з новим видом фітнесу. Захід організувала друга громада адвентистської церкви міста.



Про правила здорового способу життя розповідали на станціях. Гості дегустували вегетаріанські ковбаси, купували продукти здорового харчування. В кінці пастор запросив у тренажерний зал, на скандинавську ходу та на богослужіння.

*«Ми всі хочемо бути здоровими, але нічого для цього не робимо. Велика вдячність вам за ті корисні знання, які ми одержали. Постараюсь в подальшому жити за новими принципами здоров'я» – поділилася Алла, відвідувачка виставки.*



За тиждень до виставки хворі на діабет прослухали цикл лекцій. Статистика захворюваності на діабет сягнула більше 400 млн. осіб. За останні десять років розповсюдження діабету в Україні збільшилось в півтора рази, зареєстровано більше мільйона хворих.

**Ірина Воронцовська**  
**Фото автора**