

Российское Долголетие

НКО Ассоциация Активных Пенсионеров запустила первый пилотный проект «Российское Долголетие» для пенсионеров России. Миссия и задачи проекта: научить людей старше 55 лет заботиться о себе с помощью современных знаний о:



Здоровом питании (Нутрициология)



Фейсфитнесе



Психологии

Обучение абсолютно БЕСПЛАТНОЕ и разработано для всех граждан России возрастной категории 55+. Принимая активное участие в программе, ваши близкие смогут: – привести в норму показатели веса, уровня сахара в крови, холестерина, а также в комплексе улучшить показатели здоровья. – сократить морщины и отеки лица. – обрести гармонию в отношениях с близкими.



Благодаря онлайн-формату мы полностью исключаем риски, связанные с эпидемиологической ситуацией. Участники взаимодействуют с друг другом и с экспертом при помощи мессенджеров. Кураторы оказывают помощь в подключении к урокам. От участников требуется наличие устройства с выходом в интернет и установленный мессенджер WhatsApp.



Огромный опыт работы в проекте мэра [г.Москва](#) «Московское Долголетие» и сопровождение участников на всех этапах позволят достичь ощутимые результаты в кратчайшее время. Подробнее о проекте по ссылке [Запись в программу по ссылке <https://www.nko-aap.ru/rosdolgoletie>](https://www.nko-aap.ru/rosdolgoletie) Или по телефону 8(495)822-02-85