

Танцуйте на здоровье!

В преклонном возрасте люди танцуют гораздо реже либо не танцуют совсем.

И совершенно напрасно!

Танцевальная терапия – эффективный метод для улучшения физического и психоэмоционального здоровья.

30.04.2019 на базе Центра общей врачебной практики с.Новая Деревня терапевт Светлана Никитина провела очередное занятие танцетерапии для лиц серебряного возраста.

Танцы улучшаю равновесие, координацию и работу органов дыхания, ускоряют ходьбу, делают пожилых людей более собранными и внимательными.

Так что, танцуйте вместе с терапевтом!

Отделение медицинской профилактики ГУЗ «Липецкая РБ»

 