

Приглашаем жителей Новосибирской области
на акцию «10 000 шагов к жизни»

**ЗДОРОВЬЕ
ДЛЯ ВСЕХ**

МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ
10 000
ШАГОВ К ЖИЗНИ**

**11.04.
2026**

**В рамках старта второго
сезона «Марафона
долголетия с Моноенко»**

ЛОГОТИП МУНИЦИПАЛИТЕТА
КАК ЗДОРОВЬЕ
КАК ПЛАНЕТА

ЛИГА
здоровья
нации

ШАГОВ
К ЖИЗНИ

ВЕРИМ В
СВОЮ
РАДИКАЛЬНУЮ
ИДЕЮ

ВАРМСУ

ПОЛОНТЕРСКИЕ
ЦЕНТРЫ
РОССИИ

05 апреля 2026 года стартует Всероссийская акция «10 000 шагов к жизни», приуроченная ко Всемирному дню здоровья (7 апреля). В Новосибирской области акция пройдет 11 апреля в рамках старта второго сезона «Марафона долголетия с Моноенко».

Акция реализуется ежегодно по инициативе Общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации», при поддержке Министерства спорта Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Ассоциация волонтерских центров России, органов местного самоуправления регионов Российской Федерации, общественных организаций и волонтерских движений.

Акция «10 000 шагов к жизни» проводится на различных площадках страны с 2015 года. Каждый год в акции принимают участие более миллиона человек из более чем 500 населенных пунктов Российской Федерации.

Главная ее цель — пропаганда ценностей здорового образа жизни, повышение физической активности населения, развитие естественных методов оздоровления.

В этот раз в Новосибирской области акция пройдет в онлайн-формате, а также офлайн в муниципалитетах региона. Участники акции проходят

регистрацию на официальном сайте [Лиги здоровья нации](#) или на платформа «Добро.ру» АВЦ для получения сертификата участника акции. Кроме того, желающим принять участие необходимо опубликовать фото, демонстрирующее выполнение условий акции (прохождение 10 000 шагов марафона здоровья), на своей странице в социальной сети «ВКонтакте» с хэштегом #10000 шагов к жизни.

Приглашаем всех желающих присоединиться к Акции!