

Стартовал второй сезон «Марафон долголетия с Моноенко»



В Новосибирской области продолжается масштабный проект, направленный на снижение биологического возраста и формирование активного долголетия. Первый сезон прошел в феврале 2026 года.

10 и 11 апреля на базе ГТРК Новосибирск прошла первичная диагностика для желающих присоединиться к марафону. В рамках обследования 295 участников прошли: скрининг факторов риска хронических неинфекционных заболеваний; индивидуальное углублённое профилактическое консультирование; разработка персональных рекомендаций по ЗОЖ и питанию.

Через 30 дней для всех прошедших диагностику будет организована повторная проверка, чтобы зафиксировать и оценить первые положительные изменения в показателях здоровья.

Все материалы марафона — задания, экспертные рекомендации и полезные советы — публикуются в социальных сетях ведущей проекта Татьяны Моноенко. Контент доступен абсолютно бесплатно для всех

подписчиков, независимо от участия в очном отборе. Присоединяйтесь к каналу по ссылке: https://vk.com/monoenko_tatiana

Цель проекта — повысить мотивацию к здоровому образу жизни, выявлять риски на ранних этапах и показать на реальных примерах, как можно продлить активную и качественную жизнь.

