

Культура питания по формированию ЗОЖ

Говоря о культуре питания, мы подразумеваем не только правильно выбранные и приготовленные продукты, но и здоровое отношение к еде, от которого напрямую зависит состояние ЖКТ и организма в целом. Если не превращать пищу в единственный смысл жизни, не поддаваться чревоугодию, а относиться к ней здраво и с должным вниманием, можно не только поддерживать тело здоровым, но и сохранять светлость ума, чистоту души и моральное здоровье.

В рамках федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» педагоги, родители, работники пищеблока, дети МБОУ Нукутская СОШ прошли обучение по Основам здорового питания.



<https://edu.demography.site/>