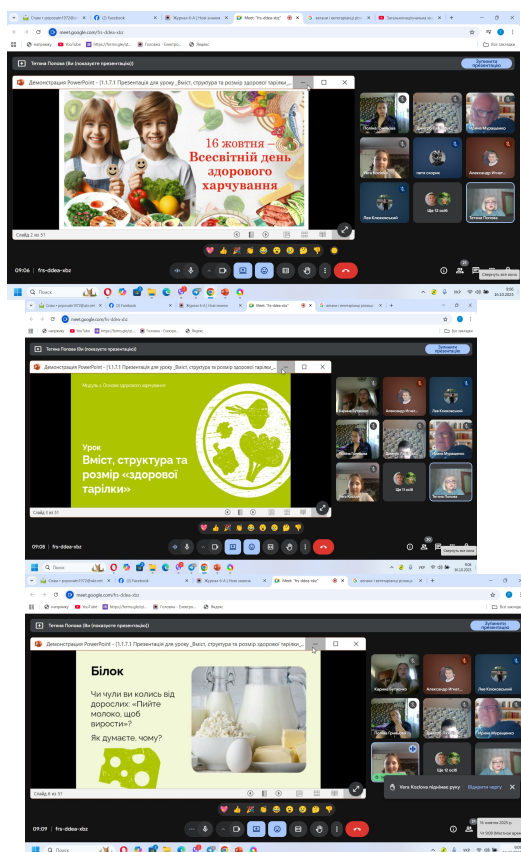


Щороку 16 жовтня у світі відзначають Всесвітній день здорового харчування. Енергія та довголіття значною мірою залежать від того, що ми їмо. Правильне харчування допомагає зміцнити імунітет, підтримувати нормальну вагу, забезпечити організм необхідними поживними речовинами та запобігати розвитку хронічних захворювань — таких як діабет, серцево-судинні недуги та ожиріння. Всесвітній день здорового харчування створений для того, щоб кожна людина замислилася про своє здоров'я та раціон. Здоровий спосіб життя, елементом якого є культура харчування, має стати потребою кожної цивілізованої людини. Підтримка здорового способу життя включає більше, ніж просто правильне харчування, але й рухова активність та звести стреси людини до мінімуму. В Слов'янському ЗЗСО I-III ступенів №12 були проведені тематичні уроки «Здоров'я, безпека та добробут», «Основи здоров'я» (учитель Попова Тетяна Миколаївна) «Культура харчування. Будьмо здоровенькі!» та квест-гра «Зорове харчування»



16 жовтня Всесвітній день здорового харчування.

Написав Admin

Неділя, 19 жовтня 2025, 17:11 -

