

В настоящее время стало модным питаться правильно, в том числе употреблять продукты со сниженным содержанием соли и сахара, насыщенных жиров.

Для того чтобы осознанно подходить к своему здоровью и быть в тренде, предлагаем родителям детей дошкольного и школьного возраста, а также учащимся среднего и старшего звена пройти обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания» на официальном сайте ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» <http://www.niig.su/>

Обучающие программы для детей сделаны в виде видеороликов, в игровой форме и позволяют проходить обучение детьми школьного возраста самостоятельно (без участия взрослых).

Родители и дети в ходе обучения узнают основные принципы здорового питания, научатся выбирать продукты исходя из содержания в них витаминов и иных полезных веществ, смогут рассчитать калорийность и пищевую ценность рациона ребенка в конкретный день.

По результатам обучения и успешной аттестации выдается сертификат, подтверждающий прохождение обучения по основам здорового питания.