



Фахівці відділення епідеміологічного нагляду (спостереження) за неінфекційними захворюваннями Золотоніського районного відділу провели цікаві освітні заходи з працівниками та учнями Калениківського НВК «ЗОШ I-III ст.-ДНЗ», Броварківського НВК «ЗОШ I-II ст.-ДНЗ», ЗДО «Барвінок» Гельмязівської сільської ради та Вознесенської ЗОШ I-III ст. Вознесенської сільської ради.

На зустрічах наші фахівці підвищували рівень обізнаності учасників освітнього процесу щодо розуміння важливості формування здорових харчових звичок. Також допомагали формувати культуру, яка сприяє здоровому способу життя.



Для підтримання здоров'я й ефективної роботи організму вкрай важливе повноцінне здорове харчування, багате на поживні речовини. Тож, зокрема, говорили про:



- харчові продукти для обов'язкового регулярного споживання: овочі, фрукти, цільнозернові продукти та бобові;
- питний режим;
- планування прийомів їжі та корисні перекуси;
- зменшення кількості цукру, солі та кондитерських виробів у раціоні;
- основні правила харчової безпеки.



Фахівці Черкаського обласного центру контролю та профілактики хвороб і надалі

проводитимуть такі заходи, щоб подбати про здоров'я разом!

#ДбаємоПроЗдоровяРазом