**Ты – то, что ты ешь**

В рамках недели естественно-научной грамотности прошел устный журнал «Университет культуры «Ты – то, что ты ешь»»

Мы говорим вам «здравствуйте», а это значит, что мы всем вам желаем здоровья.

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека - самая главная ценность.

Питание является основой жизни, главным фактором, определяющим здоровье, долголетие и работоспособность человека. При любых нарушениях питания резко снижается способность противостоять неблагоприятным воздействиям окружающей среды, стрессам, повышенным умственным и физическим нагрузкам

Ребята познакомились с презентацией и посмотрели ролик <https://www.youtube.com/watch?v=d7dXrhb7fV4>





