

**ПЛАТФОРМА ПО ЗДОРОВОМУ
ПИТАНИЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ
ДЕТСКОГО ОЖИРЕНИЯ**



НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ. РФ / ДУМАЙ ЧТО ЕШЬ

КОНТЕКСТ:

По данным Росстата, наибольший рост заболеваемостью ожирением выражен в группе 15-17 лет. Врачи считают, что ожирение у 90% пациентов – это результат переедания и нездорового образа жизни.

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ:

Подростки, которые питаются согласно вредным паттернам, привитым с детства, но пока еще не попавшие в категорию подростков с ожирением.

ИНСАЙТ:

Подростки - сложная аудитория. Они не принимают ультимативные требования и авторитарные рекомендации. Для них важно иметь возможность сделать выбор самостоятельно и принять решение самому.

КРЕАТИВНОЕ РЕШЕНИЕ:

Мы узнали наиболее престижные профессии среди школьников и на основе этих данных сформировали рекомендации по питанию, которые важно соблюдать для успеха в той или иной профессии.

ИДЕЯ ЛЕНДИНГА:

Ты - то, что ты ешь. Мы даём пищу для размышления и помогаем подросткам сделать игровой выбор и в результате понять, что правильное питание — это то, что формирует их настоящее и будущее. Выбор здорового питания поможет развиваться в профессии и достигать карьерных высот.

QR-КОД:



ЕСТЬ МЫСЛИ, КЕМ ТЫ СОБИРАЕШЬСЯ СТАТЬ?

Расскажем, какие продукты для этого необходимы

РЕЖИССЕР



Это интересно

Жирная команда

Пербушка против буурера – что Выберныч? Жирная рыба, растительные масла и сметана содержат незаменимые жиры – суточные для нашего организма. А в фастфуде много трансжиров – они плохо усваиваются и способствуют увеличению веса, сахарной диете и даже онкологии. Сметана, повалуха, это пшеница и овсянка.

Ягод внутри и снаружи

Ягоды, например, черника, клубника, малина и ежевика – это кладезь витаминов и минералов. Они укрепляют иммунитет, улучшают зрение и память. Ягоды можно есть свежими, добавляя в салаты, десерты, напитки.

Понюхал и по

Вкус овощей не очень приятен, но это не значит, что их надо исключить из рациона. В овощах много витаминов, клетчатки, которые помогают пищеварению и укрепляют иммунитет. Попробуйте разные сорта овощей, возможно, вы найдете свой любимый.

Спешат на помощь



Педиатр

Педиатр – это врач, который занимается лечением детей. Он отвечает за здоровье ребенка с рождения до 18 лет. Педиатры делятся на узкие специальности: педиатрия новорожденных, педиатрия дошкольного возраста, педиатрия школьного возраста.

Гастроэнтеролог

Гастроэнтеролог – это врач, который занимается лечением заболеваний желудочно-кишечного тракта. К ним относятся гастрит, язва желудка, колит, энтероколит, панкреатит, холецистит, гепатит.

Эндокринолог

Эндокринолог – это врач, который занимается лечением заболеваний эндокринной системы. К ним относятся сахарный диабет, гипотиреоз, гипертиреоз, ожирение, остеопороз.

Диетолог

Диетолог – это врач, который занимается лечением заболеваний, связанных с питанием. К ним относятся ожирение, анорексия, булимия, дефицит питательных веществ.

Поделись этой страничкой с родителями, чтобы они записали тебя к нужному специалисту

Поделиться



КАРУСЕЛЬ

Картинки с представителями различных профессий.



КАРТОЧКИ

Короткие статьи о правильном питании и здоровом образе жизни.



СПЕЦИАЛИСТЫ

Чтобы разобраться с проблемами лишнего веса, ребенок должен знать, какие специалисты занимаются проблемами лишнего веса.



КНОПКА ПОДЕЛИТЬСЯ

Так как наш ребенок не может самостоятельно записаться к врачу, нужна помощь родителей. Для этого в конце странички будет кнопка «поделиться», чтобы результаты можно было отправить взрослым.



ПЛАКАТЫ



Ты – то, что ты ешь!

Топливо для твоих будущих карьерных взлетов — правильное питание.



Узнай больше



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ



Ты – то, что ты ешь!

Топливо для твоих будущих карьерных взлетов — правильное питание.



Узнай больше



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

РАСПРОСТРАНЕНИЕ:

- ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ
- МЕДИЦИНСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ
- ДЕТСКИЕ ПОЛИКЛИНИКИ И ПОЛИКЛИНИЧЕСКИЕ ОТДЕЛЕНИЯ
- ДЕТСКИЕ ЛАГЕРЯ
- СПОРТИВНЫЕ И КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ
- СПОРТИВНЫЕ ОБЪЕКТЫ

QR-КОД НА ПЛАКАТЫ:



СТИКЕРЫ

> 700 СКАЧИВАНИЙ



СКАЧАТЬ СТИКЕРПАК:

