

В Маймаксанском округе продолжается «Разговор о правильном питании»

22 апреля 2016 г. пятница, 10:15:14

В Маймаксанской библиотеке №6 продолжается реализация программы «Разговор о правильном питании», которая получила поддержку благотворительной организации «Национальный фонд поддержки здоровья женщин».

В апреле в библиотеке прошла акция «Будь здоров!», направленная на повышение уровня информированности населения о факторах риска развития сахарного диабета (ожирение, неправильное питание) и мерах профилактики этого заболевания, состоялись лекции: «Пейте, но не все» и «Питание и возраст».

В организации и проведении акции принимали участие сотрудники поликлиники №3 «Архангельской городской клинической больницы №6» и студенты Архангельского медицинского колледжа.

Всем желающим было предложено измерить артериальное давление, сахар крови, рост, массу тела, определить индекс массы тела, индекс ОТ/ОБ, были даны рекомендации по правильному питанию.

В рамках акции прошли тест-опрос для пользователей библиотеки «Здоровый человек — это...» и лекция «Пейте, но не все», которую провела лектор – инструктор Школы сахарного диабета Екатерина Сивкова. Слушатели узнали о пользе молока и молочных продуктов, какой сок полезный, а какой не стоит пить.

20 апреля состоялась лекция «Питание и возраст», которую провела врач, клинический фармаколог «СМКУ им. Н.А. Семашко» ФМБА России Ольга Сардак. Ольга Викторовна рассказала о правильном рационе взрослого человека, о том, как питание влияет на долголетие человека.

Для тех, кто не успел посетить мероприятия, на взрослом абонементе библиотеки в течение апреля работает книжная выставка «Здоровье и питание».

Подробности о мероприятиях библиотеки можно узнать по тел.: 29-69-27.

<http://www.arhcity.ru/?page=0/37337> // Сообщение от 22.04.16