

**Российские старшеклассники станут экспертами по правильному питанию – в «Артеке» стартовала акция «Здоровое питание – активное долголетие»**

22 января 2019 г.

**21 января 2019 года в «Артеке»** прошел первый показательный урок **всероссийской акции «Здоровое питание – активное долголетие»**. Урок состоялся в средней общеобразовательной школе Международного детского центра. Старшеклассники рассказали ученикам 8 класса о том, почему важно со школьной скамьи придерживаться здорового питания и как грамотно оптимизировать свой рацион, напомнили о полезных и вредных продуктах. В конце занятия школьники уже сами смогли составить  здоровое меню из предложенного набора продуктов и блюд.

Акция «Здоровое питание – активное долголетие» проводится **движением «Сделаем вместе»** при поддержке **Министерства просвещения РФ.** Цель мероприятия – **сформировать потребность в здоровом, активном образе жизни у школьников и их родителей.**

Гостями первого урока акции стали: **первый заместитель председателя комитета Госдумы по образованию и науке** **Геннадий Онищенко**, **председатель правления АНО «Сделаем вместе» Роман Романов**, **вице-президент ГК «Просвещение» Виктория Копылова**.  Геннадий Онищенко напомнил артековцам, что здоровье – один из самых ценных ресурсов в жизни человека. «Здоровье, в первую очередь, зависит от правильного и рационального питания, ведения активного, здорового образа жизни и отказа от вредных привычек. Формирование ответственного отношения к поддержанию и укреплению здоровья должно начинаться с раннего возраста». Геннадий Онищенко отметил, что здоровье – это состояние гармонии физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических ограничений. Акция «Здоровое питание – активное долголетие» направлена на **улучшение качества жизни** каждого из нас», – отметил депутат.

**Во всероссийском масштабе** акция «Здоровое питание – активное долголетие» **стартует в феврале 2019.** В школах всех субъектов Российской Федерации старшеклассники будут проводить уроки об основах правильного питания и ведении здорового образа жизни для учеников 5-8 классов. Также запланировано проведение практикумов по изучению влияния различных продуктов питания и типов физической нагрузки на организм человека и продолжительность жизни. Отдельный **модуль** Акции «Здоровое питание» – **«Возраст – это богатство»** – будет посвящен **популяризации здорового образа жизни у людей старшего и пожилого возраста** с целью продлить их активные годы. Самые активные лидеры из числа старшеклассников будут **награждены путевками в «Артек»** в октябре 2019 года.

Пресс-служба МДЦ «Артека»

+79787340444, press@artek.org