

**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**  
Горбуша против бургера – что Выберешь? Жирная рыба, растительная пища и специи сформируют мышечные волокна – суперпищу для твоего организма.  
А в фастфуде много трансжиров – они плохо усваиваются и способствуют причесой лишнего веса, сахарного диабета и даже онкологии. Спасибо, пейлаку, от пиццы и омакдаку.

**Погунал и погулал**  
Ваш организм не удержит, не держит, что бы вы ни съели из фастфуда! Если хотите быть здоровым, а не только выглядеть таким, то ешьте правильно! Выбирайте продукты, богатые белком и клетчаткой. Покупайте продукты, которые содержат полезные жиры. Выбирайте продукты, которые содержат витамины и минералы.

**Спешат на помощь**

**Педиатр**  
Алексей Васильевич является специалистом в области педиатрии. Он занимается лечением детей с различными заболеваниями, включая инфекционные, аллергические, эндокринные и наследственные заболевания. К тому же он является автором нескольких книг по педиатрии.

**Гастроэнтеролог**  
Анна Владимировна является специалистом в области гастроэнтерологии. Она занимается лечением заболеваний желудочно-кишечного тракта, включая гастрит, язвенную болезнь, колиты и энтероколиты. Анна также является автором нескольких книг по гастроэнтерологии.

**Эндокринолог**  
Сергей Иванович является специалистом в области эндокринологии. Он занимается лечением заболеваний эндокринной системы, включая сахарный диабет, гипотиреоз, гипертиреоз и ожирение. Сергей также является автором нескольких книг по эндокринологии.

**Диетолог**  
Екатерина Александровна является специалистом в области диетологии. Она занимается разработкой индивидуальных диетических рекомендаций для пациентов с различными заболеваниями, включая ожирение, сахарный диабет, гипертоническую болезнь и сердечно-сосудистые заболевания. Екатерина также является автором нескольких книг по диетологии.

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

**ПОДЕЛИТЬСЯ**

«Национальные проекты» — информационный ресурс о планах развития страны на ближайшие 5 лет и мер по улучшению качества жизни людей.  
© АНО «Национальные приоритеты», 2020-2024

## 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:

