

качество жизни - качество пищи

Человек есть то, что он ест.



Цели и задачи проекта

Цель проекта:

- Узнать, что необходимо нам для физического и умственного здоровья
- Заставить задуматься о том, какая пища нам полезна, а какая вредна

Задачи:

- · *выяснить, какие вещества необходимы человеку;*
- · *что такое пищевые добавки ;*
- · *выявить чем вредна жевательная резинка;*
- · *выявить, почему нельзя пить газированные напитки;*
- · *осторожно! Генномодифицированные продукты!!*

Список проектов

- **7 китов правильного питания организма**
- **Чем вредна жевательная резинка?**
- **Не пейте газированные напитки**
- **Что такое генномодифицированные продукты?**
- **Что такое ФАСТФУД?**
- **Чем зарядить мозги ?**

Полезна ли жевательная резинка

**Жевательная
резина – это
восхитительный,
нежный, и очень
полезный
продукт.... ???
(из рекламы)**



7 КИТОВ ОРГАНИЗМА

Белки

Жиры

Углеводы

H₂O

Витамины

Минералы

Клетчатка



"Газированные напитки" или "Что мы пьем?"

PEPSI



Чем опасны генно-модифицированные продукты?



Зеленый

Компании, которые письменно подтвердили свой отказ от использования ГМИ при производстве продуктов питания.



Оранжевый

Компании:

- в продуктах которых ГМИ были обнаружены до того, как они письменно подтвердили свой отказ от их использования;
- которые не предоставили доказательства того, что ими приняты все меры по исключению дальнейшего использования ГМИ.



Красный

Компании, которые:

- не отказались от использования ГМИ при производстве продуктов питания;
- не представили о себе информацию.

Что такое ФАСТФУД?



Что предлагает кафе типа «фаст-фуд» детскому организму? Прежде всего, большое количество калорий, насыщенных жиров, холестерина и натрия (соли). А это как раз то, что нужно для развития болезней цивилизации: ожирения, гипертонии, атеросклероза.



ЧЕМ ЗАРЯДИТЬ МОЗГИ



Чтобы наш мозг работал без перебоев, ему необходима полноценная еда. Иначе каждая его клеточка устроит вам "забастовку".

ЧАЩЕ всего родители вспоминают о кофе и сахаре, считается, что эти продукты улучшают мозговую деятельность.

Самые доверчивые, насмотревшись рекламы и поверив, что пилюли с йодом или поливитамины сделают их чад отличниками, уже закупили эти препараты в аптеке. А кто-то планирует "заряжать мозги" детей шоколадными батончиками.

Так вот, если у родителей есть мозги, они могут найти средства и получше.