**Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья»**

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» Роспотребнадзор реализует проект «Здоровое питание».

Проект является частью федеральной программы «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» («Укрепление общественного здоровья») национального проекта «Демография».

Миссия проекта «Здоровое питание» — улучшение качества жизни и здоровья граждан благодаря обеспечению безопасными и качественными продуктами, а также внедрение норм здорового питания в каждую российскую семью.

Ключевая задача проекта – создать в нашей стране среду, способствующую ведению здорового образа жизни, включая здоровое питание.

Одна из целей федерального проекта – формирование системы научно достоверного информирования населения о принципах правильного питания и постоянного мониторинга пищевой продукции с точки зрения качества, безопасности и полезности.

Чтобы увеличить число людей, осознанно выбирающих здоровый образ жизни, Роспотребнадзор разработал и реализует образовательные программы, обеспечивая граждан базой знаний, которая необходима для формирования бережного отношения к своему организму. Образовательными программами могут воспользоваться люди разных возрастных категорий: дети, подростки, взрослые и пенсионеры. При этом в каждом блоке программ учтены как интересы каждой целевой аудитории, так и национальные особенности питания. Программы построены исключительно на результатах научных исследований и лабораторных испытаний и имеют модульное строение, что позволит гражданам выбирать наиболее интересную для них тему и изучить ее максимально подробно. Разработка программ курировалась лучшими специалистами в области питания.

**Питаться правильно — сложно или просто?**

Тема здорового питания окружена околонаучными мифами, историями о чудодейственных диетах и суперпродуктах. Однако в основе научного подхода к питанию лежат всего два базовых закона — усвоив их, вы в любой момент сможете контролировать, правильно ли вы питаетесь и что вам необходимо изменить.