

«Еда полезная и вредная. Как понять»: в культурном центре ЗИЛ пройдет лекция по питанию

01.08.2016

Культурный центр ЗИЛ организует лекцию «Еда полезная и вредная. Как понять». Об этом сообщили в учреждении.

В эту среду жители Даниловского района смогут узнать о том, как правильно выбирать еду: что полезно, а чего не стоит оставлять в списке при походе в магазин. Лектором выступит молодой научный журналист Ася Казанцева.

«Мы ежедневно сталкиваемся с кучей текстов о том, что мясо вредно, сахар вреден, рыба полезна, фрукты вроде бы тоже. Откуда ученые все это взяли, и вообще, многие ли из распространенных верований о питании действительно имеют под собой хоть какую-то научную базу?», - пояснили организаторы.

Гостям культурного центра ответят на вопросы о том, стоит ли всерьез воспринимать то, что пишут в СМИ о здоровой пище; есть ли хоть какие-то основания утверждать, что кофе полезнее чая, а черника полезнее клубники и многие другие, касающиеся заданной теме.

Отметим, что Ася Казанцева является автором двух книг – «Кто бы мог подумать! Как мозг заставляет нас делать глупости» и «В интернете кто-то неправ! Научные исследования спорных вопросов».

Лекция пройдет 3 августа в 19:00 в зале-конструкторе. Вход по предварительной регистрации на [сайте](#).

Адрес страницы: <http://danilovsky.mos.ru/presscenter/news/detail/3453291.html>

[Управа Даниловского района](#)