



Svjetski dan hrane

16. oktobar

Recite mi kako se hranite pa ću vam reći kakva vas budućnost čeka!

Poznato je da su neke vrste hrane ljekovite, tj. mogu doprinijeti liječenju nekih bolesti, isto kao što neke mogu da izazovu ili pogoršaju bolest.

Danas se smatra da se oko 25% lijekova koji se prepisuju dobija iz biljaka.

Za zdravlje je potrebno da se jede što raznovrsnija, svježija i po mogućnosti domaća sezonska hrana u umjerenim količinama.

Tvoja hrana je tvoj lijek.-Hipokrat

Iz Hipokratovih djela saznajemo da su i doktori iz razdoblja 5. st. p.n.e. prepoznali utjecaj hranjenja na ljudsko zdravlje.

Kilalić Nedžma
Hasanović Anita, II-b
Sekcija "Zdravstveno
prosvjećivanje"