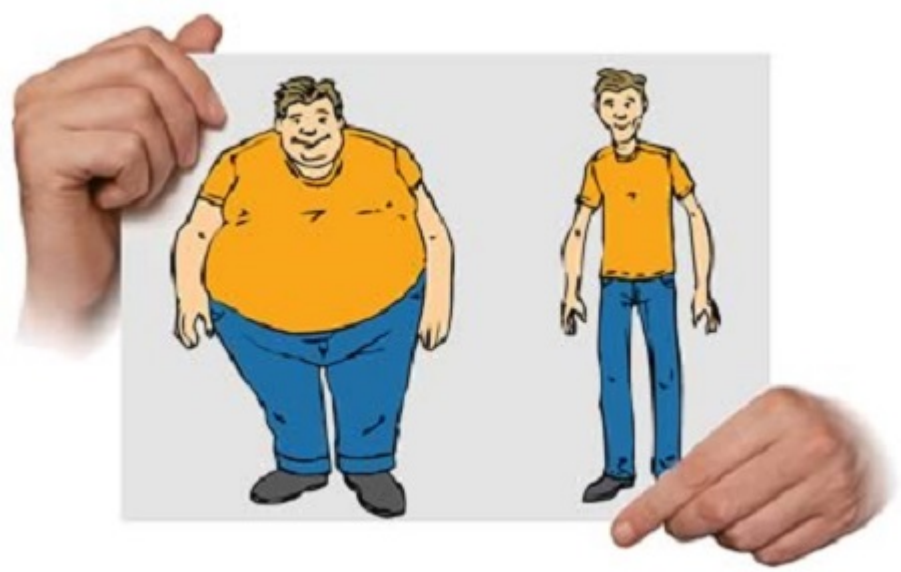
# برای نخستین بار در کشور برگزار می‌شود / بزرگ‌ترین نمایشگاه آشنایی با مخاطرات چاقی و لاغری مفرط



[heading]اولین و بزرگ‌ترین نمایشگاه و کارگاه رایگان آموزش مخاطرات چاقی و لاغری، اواسط آبان‌ماه امسال در بوستان گفت‌وگو برگزار می‌شود. [/heading]

به گزارش اگروفودنیوز؛ از آنجا که سبک زندگی و ترویج روش های زندگی اسلامی – ایرانی، طی سال های اخیر همواره مورد توجه و تاکید مقام معظم رهبری بوده لذا نمایشگاه و کارگاه آموزشی آشنایی با مخاطرات چاقی و لاغری مفرط آبان ماه در بوستان گفتگو برگزار می‌شود.

مرحوم آیت الله العظمی محمد تقی بهجت معتقد بودند که داشتن اعتدال در غذا خوردن و جلوگیری از افراط و تفریط باعث تندرستی می شود. ایشان در این باره عنوان می کردند: «اعتدال در غذا برای سلامتی مزاج خیلی مفید است. اگر انسان همیشه به نان خوردن عادت داشته باشد، بهتر است گاهی برنج بخورد و اگر همیشه برنج می خورد، بهتر است گاهی نان و یا آش بخورد و تنوع در غذا داشته باشد».

طبق تحقیق کارشناسان حوزه سلامت، عارضه چاقی و لاغری مفرط به خودی خود نمی تواند سلامتی افراد را تهدید کند اما دروازه ابتلا به بیماری های فشارخون، ناراحتی های قلبی و عروقی، دیابت، افزایش چربی خون، سایش مفاصل و بروز سکته های مغزی، سوء تغذیه و مشکلات گوارشی به شمار می رود و همین امر سلامتی افراد را با خطر مواجه می کنند.

این نمایشگاه در ۳ سالن برپا می شود و کارگاه های آموزشی با حضور کارشناسان مجرب ... دایر خواهد شد و شهروندان می توانند از خدماتی که در زمینه تغذیه سالم، آشنایی با عوارض چاقی و لاغری، راه های مقابله با آنها و انجام تست فشار و قندخون ارائه می شود، به صورت رایگان استفاده کنند.

وزارت بهداشت، معاونت غذا و دارو، سازمان نظام پزشکی کشور، شورای سیاست گذاری سازمان صدا و سیما، متولیان سلامت شهروندی در شورای اسلامی شهر تهران و شهرداری پایتخت، انجمن خیرین سلامت، مسئولان دانشگاه های شهید بهشتی و علوم پزشکی، در برپایی این نمایشگاه مشارکت دارند.