



مركز التنمية المستدامة بجامعة أسيوط  
Assiut University Center for Sustainable Development



مكتب وكيل الكلية لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



كلية التربية النوعية  
Faculty of Specific Education



جامعة أسيوط

## ندوة أنت ما تأكل

البيان	التفاصيل	ارتباط الفعالية بأي هدف من أهداف التنمية المستدامة
عنوان الندوة	أنت ما تأكل	الهدف الثالث الصحة الجيدة والرفاه
الفئة المستهدفة	طلاب الكلية	
تاريخ النشاط	2024/10/30	
عنوان المحاضرة اسم المحاضر	أنت ما تأكل إشراف عام على الندوة إ.د/ محمد عبد الباسط محمد وكيل الكلية لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة حاضر فيها :- د/ رهام رجب عبد المعبود مدرس بقسم الإقتصاد المنزلي	
التوصيات	تعريف الطلاب بالأسس السليمة للأكل الصحي . إتباع السنة النبوية في تناول الطعام . طرح عدد من النصائح العامة للتخلص من الأرق.	
<p><b>نبذة عن الندوة</b></p> <p>تناولت الندوة الفرق بين الأكل الصحي وغير الصحي وأهمية الغذاء المتوازن ومخاطر التغذية الغير صحية وأضرار المشروبات الغازية وتأثير الغذاء على التحصيل الدراسي وفوائد شرب الماء .</p> <p><b>اهداف الندوة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أهمية الأكل الصحي وأن العقل السليم في الجسم السليم .</li> <li>- مخاطر التغذية الغير صحية .</li> <li>- التأثير النفسي للمأكولات الغير صحية .</li> <li>- معرفة فوائد شرب المياه .</li> <li>- تأثير الغذاء على التحصيل الدراسي .</li> </ul>		
 		

**the address:** Nile Corniche Al-Hamra Street, Part 2, Assiut,  
Assiut Governorate  
**Telephone:** 0882143536  
**Ext:**255

**العنوان :** شارع كورنيش النيل الحمراء الأولى، قسم ثان أسيوط،  
محافظة أسيوط  
**تليفون :** 0882143536  
**داخلي:** 255