

# ПОПУЛЯРНАЯ НУТРИЦИОЛОГИЯ



Научно-просветительский журнал о  
здоровом образе жизни



[www.popularnutrition.ru](http://www.popularnutrition.ru)

Сетевое издание «Популярная нутрициология»




Научно-просветительский журнал **«Популярная нутрициология»** – первый в России **бесплатный** научно-популярный онлайн-журнал, рассказывающий про науку о питании простым и доступным для всех языком. Журнал был основан в 2022 году и зарегистрирован как СМИ в июле 2023.

# КТО МЫ?

Науку в массы!

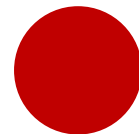




# Нас рекомендуют профессионалы

## МЫ УБЕЖДЕНЫ

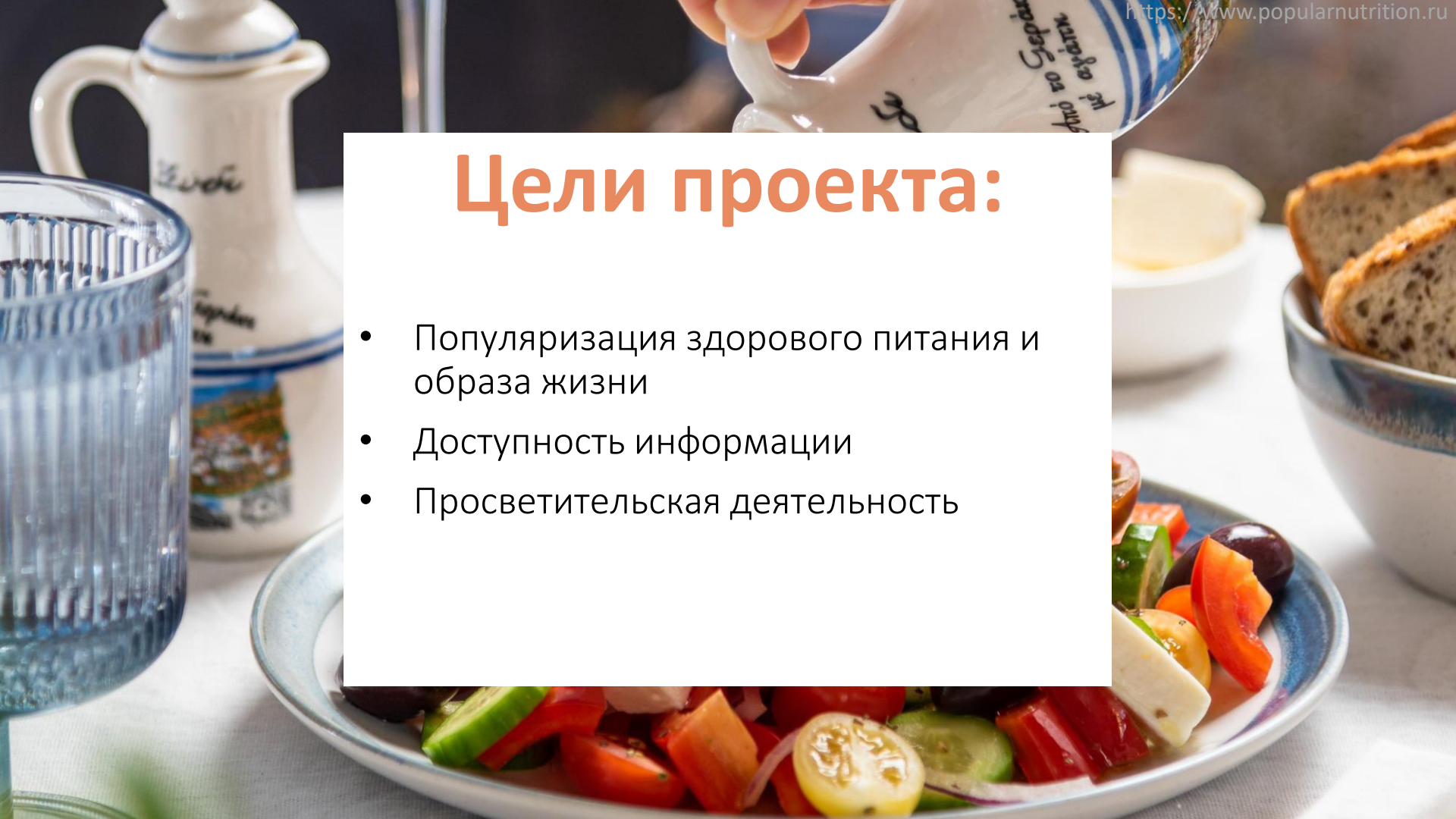
В ТОМ, ЧТО ДОСТОВЕРНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ И ОБРАЗЕ ЖИЗНИ **ДОЛЖНА БЫТЬ ДОСТУПНОЙ ВСЕМ** ГРАЖДДАНАМ СТРАНЫ, НЕЗАВИСИМО ОТ СОЦИАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ И МАТЕРИАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ






## Цели проекта:

- Популяризация здорового питания и образа жизни
- Доступность информации
- Просветительская деятельность



# Аудитория журнала

- 
- Не подготовленный читатель, который хочет узнать больше о здоровом питании и заботится о своем здоровье
  - Люди, которые придерживаются или стараются придерживаться здорового питания
  - Родители, озабоченные питанием и здоровьем своих детей
  - Ядро аудитории: женщины, 18-60 лет

# ПОПУЛЯРНАЯ НУТРИЦИОЛОГИЯ

НАУЧНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ЖУРНАЛ

2024/4 [4]



Гость  
номера

Илья Барсуков

Врач-эндокринолог, к.м.н.

Профессия  
Эндокринолог:  
НАСТРОЙЩИК ЗДОРОВЬЯ

- Статьи написаны простым языком;
- Авторы имеют медицинское образование, образование в области питания, пищевых технологий и ЗОЖ;
- Каждая статья содержит ссылки на источники, рекомендации и исследования;
- Многие статьи основаны на зарубежных исследованиях. Материалы адаптируются под не подготовленного читателя;
- Все статьи проходят проверку на достоверность, актуальность и соответствие требованиям редакции;
- Яркое современное оформление привлекает больше внимания. Есть возможность читать журнал онлайн с эффектом перелистывания страниц или скачать и читать оффлайн;
- На сайте можно найти статьи различной тематики, новости, видео, рецепты, разбор продуктов и многое другое;



Легкая подача информации способствует лучшему пониманию читателем базовых знаний о здоровом образе жизни и о мало известных аспектах, в том числе в сфере медицинского обслуживания.





# ОСНОВНЫЕ РУБРИКИ



1. **Новости:** исследования в области питания и ЗОЖ, актуальные события в сфере пищевой промышленности и здравоохранения
2. **Продукты:** разбор, подробный рассказ об их свойствах
3. **Рецепты:** одна из любимых рубрик наших читателей
4. **Психология:** затрагиваются вопросы пищевого поведения и самооценки
5. **Фитнес:** все об активном образе жизни
6. **Мифы:** разбор популярных мифов, связанных с питанием и ЗОЖ
7. **Интервью:** беседы с экспертами, учеными и врачами – гостями номера
8. **Витамин номера:** история открытия, нормы потребления, источники и др.



PDF-журнал выходит раз в 1-3 месяца



PDF-выпуски

<https://www.popularnutrition.ru/>

Распространяется бесплатно