



Тема первого занятия, «Красота изнутри», посвящена женскому празднику 8 марта. Эксперты в области лабораторной диагностики и индустрии красоты расскажут, как заботиться о внешности с точки зрения здоровья, как сохранить красоту и что помогает её приумножить.

Обсудим в эфире:

- Какие витамины и нутриенты влияют на состояние кожи, волос, ногтей?
- Дефициты, которые видны в зеркале
- Как работают популярные средства для красоты?
- Что нужно ранней весной, чтобы улучшить самочувствие и выглядеть прекрасно?

И многое другое!

Увидимся в VK видео в пятницу, 13 марта, 12:00 мск.

[Подробнее о Школе семейного здоровья ФБУН ЦНИИ Эпидемиологии
Роспотребнадзора](#)