

В 8А классе был проведен классный час «Здоровое питание- активное долголетие»

В мире много богатств, но здоровье самое главное богатство человека. И это богатство надо сохранять и укреплять с самого начала жизненного пути.

Правильное питание снижает усталость, улучшает самочувствие, уменьшает раздражительность и возбужденность. Ведь когда человек здоров, он весел и бодр, его глаза светятся, а лицо излучает улыбка. У здоровых людей ясный ум и крепкая нервная система,

Желаю вам цвести, расти
Копить, крепить здоровье,
Оно для дальнего пути -
Главнейшее условие!

