

Мудрые люди всегда нас уверяли в том, что здоровье – это самое ценное, что есть у человека. Великий немецкий поэт Генрих Гейне, например, утверждал, что единственная красота, которую он знает - это здоровье!

Ещё древнегреческий врач Гиппократ писал: «Нужно позволять себе не всякие удовольствия, но только те, в которых нет ничего дурного».

Свежий воздух, правильное питание, движение, соблюдение оптимального режима труда и отдыха, позитивные добрые взаимоотношения с людьми помогут вам стать здоровыми и счастливыми!!!



Здоровое поколение шагает
в будущее!



г. Новороссийск,
2021 год

**Муниципальное
автономное
образовательное
учреждение лицей
«Морской технический»
г. Новороссийск**



**Некоторые советы
о здоровом образе
жизни**

