**ГБПОУ «Колледж сервиса и быта» 21.10.2024 г.**

Сегодня в колледже состоялся Час общения - «Здоровый образ жизни» - залог успеха. Беседу проводила медицинский работник колледжа Бисаева Лейла Исропиловна.

В ходе мероприятия затрагивались актуальные вопросы сохранения здоровья, такие как режим дня, правильное питание, полноценный сон, влияние вредных привычек, возможные последствия беспечного отношения к своему здоровью, главным образом в вопросах создания здоровой семьи и потомства.

В программе мероприятия были тесты, пословицы о здоровье и правильном образе жизни, составление оптимального меню и др.



