

«Здоровье у того, кто бережет его!».



В рамках реализации проекта «Дятлово - здоровый город» и районной акции «Респираторный этикет – всем инфекциям запрет!» инструктором-валеологом ГУ «Дятловский рай ЦГЭ» Юрени Н.И., для учащихся ГУО «Средняя школа №1 г. Дятлово им. А.М.Чурило» проведена «минутка здоровья» «Здоровье у того, кто бережет его!». Ребятам ознакомили с составляющими здорового образа жизни, соблюдением правил личной гигиены, респираторного этикета. Озвучили главные правила сохранения здоровья в зимний сезон: прогулки на свежем воздухе, здоровое питание, употребление свежих овощей и фруктов, закаливание, избегание переохлаждений, использование медицинской маски. Важно не касаться рта, носа и глаз немытыми руками, а также регулярно проветривать помещение, делать влажную уборку.

Соблюдение правил личной гигиены – неотъемлемая составляющая защиты от невидимых врагов. Чтобы вирус победить, будем чисто руки мыть! – дружно подытожили дети.

*Информацию подготовила инструктор-валеолог Наталья Ивановна Юрени*