«ЗДОРОВАЯ ЕДА — СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ»:

В НАШЕЙ ШКОЛЕ ПРОШЁЛ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ КОНЦЕРТ



16 ноября в нашей школе состоялось яркое и полезное мероприятие — с программой «Здоровая еда — счастливая семья» к нам приехала Стерлитамакская государственная филармония.

Это был не просто концерт, а особенная встреча, где музыка и знания шли рука об руку. Артисты сумели интересно и доступно рассказать о том, как питание влияет на наше самочувствие и настроение, почему так важно с детства формировать здоровые привычки и как культура приёма пищи становится частью семейных традиций.



В программе звучали музыкальные произведения, посвящённые теме здоровья и правильного питания, а между номерами артисты делились познавательными фактами. Школьники узнали, чем опасен фастфуд и несбалансированный рацион, и какие простые принципы помогают сделать питание полезным — и при этом вкусным.



Особенно ценно, что программа не сводилась к сухим советам «ешьте овощи». Она вдохновляла: показывала, что забота о здоровье — это не ограничения, а возможность чувствовать себя бодрее, активнее и счастливее, а ещё — отличный повод проводить время вместе всей семьёй.

Встреча получилась тёплой и мотивирующей: многие ребята задумались о своих привычках и даже захотели обсудить дома, как сделать семейное меню более сбалансированным. Надеемся, что этот концерт станет маленьким, но важным шагом на пути к здоровому образу жизни для наших учеников и их семей.

