

 **Министерство здравоохранения Республики Беларусь**

 **Правила здорового сердца:**

 **1.Есть больше овощей 4. Отказаться от**

 **и фруктов вредных привычек**

 **2. Заниматься физкультурой 5. Сократить**

 **каждый день уровень стресса**

 **3. Контролировать свой 6. Соблюдать режим**

 **вес труда и отдыха**

***Живите так, чтобы сделать своё сердце чемпионом,***

***а свою жизнь – жизнью победителя.***