План

**Мульти… дилемма**

Миллионы людей принимают мультивитамины ежедневно. Для большинства прием этих добавок – профилактика заболеваний и недостатка многих веществ на фоне далеко не идеальной диеты. Здоровье молочной железы, сердца, иммунной системы, предстательной железы, увеличение энергичности, замедление старения клеток – вот те плюсы, о которых говорят потребителям производители. Так как же обстоят дела на самом деле?

**Фрукты лучше, чем соки**

Употребление цельных фруктов может снизить риск развития сахарного диабета 2 типа. В то же время употребление фруктовых соков может этот риск повысить.

Релігійне виховання

У наш час дедалі частіше можна почути про важливість виховання духовності в дітях. Уже непоодинокі голоси лунають на підтримку релігійного виховання.

Морская SMS-ка

Тоня и Валя решили после школы пойти поиграть на пляж. Был март, и купаться было еще холодно. Но поскольку сестры жили в приморском поселке и их дом находился недалеко от городского пляжа, они часто ходили туда даже зимой.

**5 секретов здоровья позвоночника у ребенка**

Ребенок, обладающий гибкостью олимпийского гимнаста, подчас вводит родителей в заблуждение. Кажется, нет такого упражнения, которое он не смог бы выполнить.

**Функциональные расстройства пищеварения у детей раннего возраста**

Хотя далеко не все мамы знают, что самые распространенные проблемы с пищеварением у детей относятся к данной категории, это именно так. Что представляют собой такие нарушения и насколько они опасны?

**ВОЗВРАЩЕНИЕ В РОМАНТИЧЕСКУ ВЛЮБЛЕННОСТЬ**

**Как мы видим то, что видим?**

Большую часть всей информации об окружающем нас мире мы получаем через глаза. Как устроен глаз, мы с вами уже рассматривали, а о том, как мы воспринимаем зрительную информацию, поговорим сегодня.

**Положительное мышление – лучшее лекарство!**