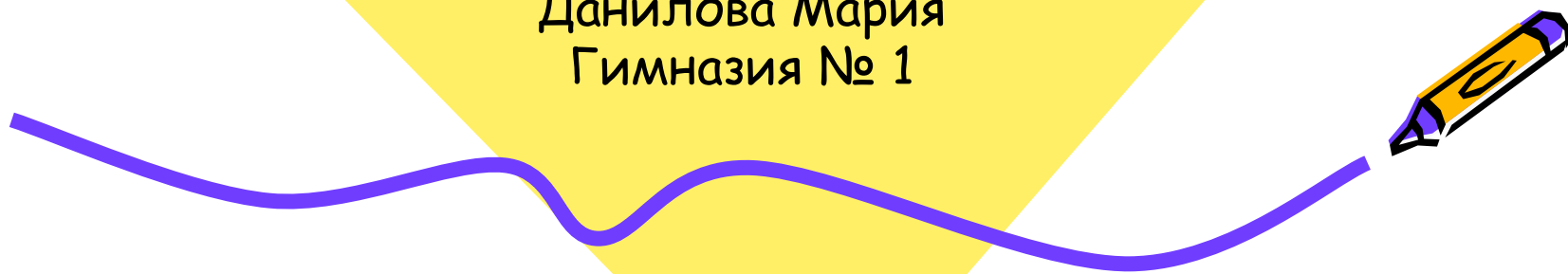




Влияние чая на организм человека

Ученица 1 «Б» класса
Данилова Мария
Гимназия № 1

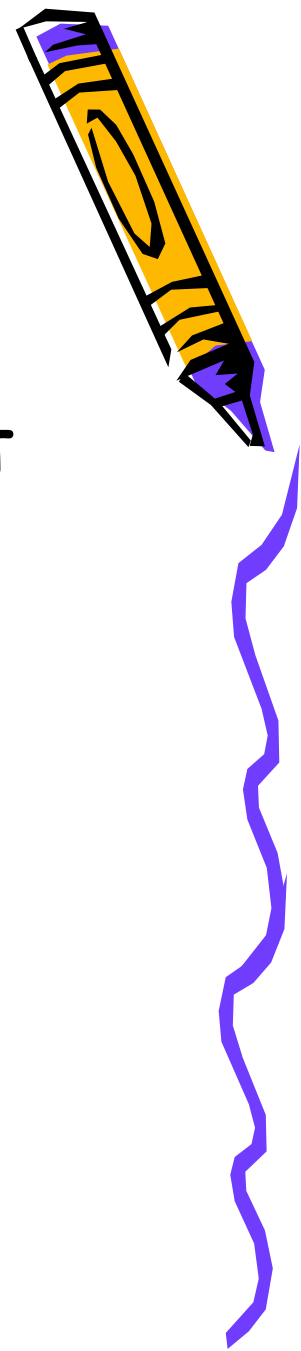


Первоначально чай в Китае применялся как лекарство от болезней. Чай называли «огнем жизни», который укрепляет дух и тело и продолжает жизнь.

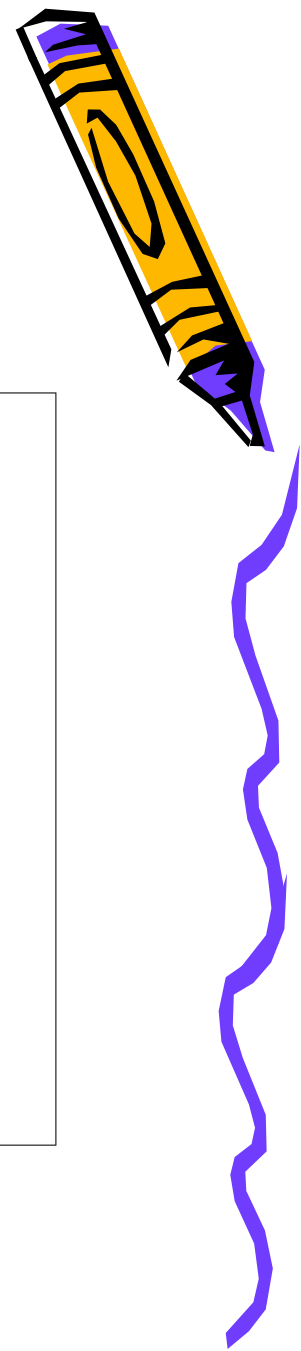


Основные свойства чая:

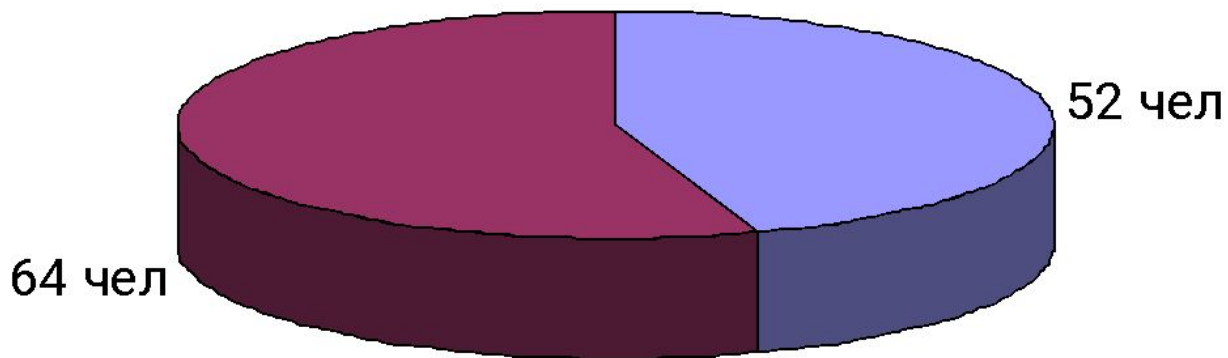
- Чай дает заряд бодрости, бережет наше здоровье, помогает жить.
- Он лучше всего утоляет жажду и согревает при холоде.
- В чае присутствует много витаминов.



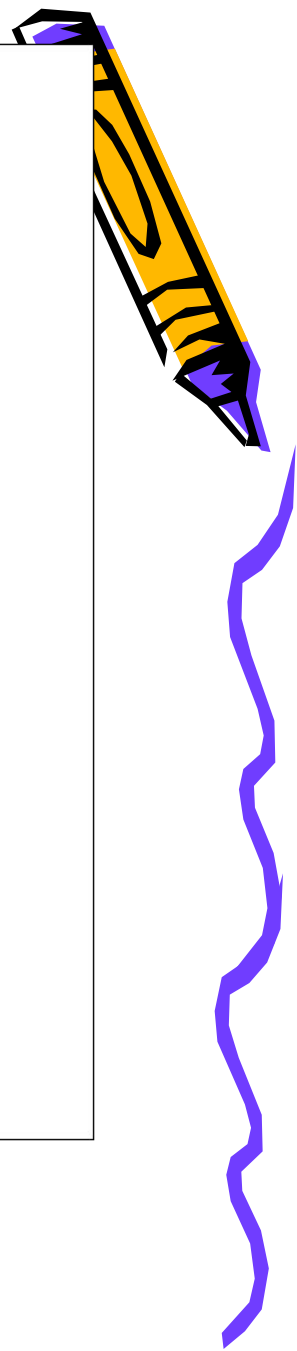
Данные опроса учителей, учащихся и родителей учащихся ГИМНАЗИИ



Какой чай вы предпочитаете?



■ пакетированный ■ весовой



Все чаи делятся на три типа:

- черные
- зеленые
- красные и желтые



Какой чай вы предпочитаете?



Зеленый чай положительно влияет на многие органы человека:


- Сердце
- Желудок
- Обладает противораковым действием



Следует помнить и о некоторых запретах:

- ✓ Не пейте чай на пустой желудок
- ✓ Не пейте слишком горячий обжигающий чай
- ✓ Не пейте холодный чай
- ✓ Не пейте крепкий чай на ночь
- ✓ Не запивайте чаем лекарства
- ✓ Не стоит пить чай ни сразу же после еды, ни, тем более, перед едой
- ✓ Не пейте перестоявшийся чай
- ✓ Многократное заваривание не принесет удовольствия, а лишь один вред
- ✓ Не злоупотребляйте количеством





«Я должен был пить много
чая, ибо без него не мог
работать. Чай высвобождает
те возможности, которые
дремлют в глубине моей
души».

Л.Н.Толстой



Спасибо за внимание!

