

**Projemizin Amaçları:**

İnsan için hayatta en önemli şey kendi canının sağlığıdır. İnsanın, gerçekçi düşünüp doğru karar vermesi için beden ve ruh sağlığının yerinde olması gerekir. Kendi sağlık sorunlarıyla mücadele eden birinin herhangi bir konuda doğru çözümler üretmesi pek mümkün değildir. Sağlıklı ve doğal beslenerek, spor yaparak, sigara içmeyerek, alkol ve uyuşturucu madde kullanmayarak yaşlanmayı hem bedenen hem de zihnen geciktirmek mümkündür. Dünyada bize sunulan yaşam süresinde beden sağlığını koruma bilincini çocukluktan itibaren kazanan insanlar bedenen ve zihnen sağlıklı bir yaşam sürerler. Öğrencilerimizin bu konu hakkında farkındalıklarının artmasının yanında, bunları İngilizce araştırarak dil becerilerinin gelişmesini sağlamak, bu becerilerini diğer arkadaşlarına İngilizce olarak aktarmak ve araştırma sırasında İngilizce kelime dağarcıklarının gelişmesini sağlamak ve öğretmenlerimize, öğrencilerimize sağlıklı bir vücut ve ruh sağlığına sahip olmanın sağlıklı beslenme ile mümkün olduğunun anlatılması ve sağlıklı beslenmenin yaşam biçimi haline getirilmesinin sağlanması.

**Objectives of Our Project:**

The most important thing in life for human beings is the health of their own life. In order for a person to think realistically and make the right decision, he / she must have good physical and mental health. It is not possible for someone struggling with their own health problems to produce the right solutions in any issue. It is possible to delay aging both physically and mentally by eating a healthy and natural diet, exercising, not smoking, and not using alcohol and drugs. People who have gained the awareness of protecting their body health from childhood during the life time offered to us in the world lead a healthy life physically and mentally. In addition to increasing the awareness of our students on this issue, to improve their language skills by researching them in English, to transfer these skills to other friends in English and to improve their English vocabulary during the research, and to explain to our teachers and students that having a healthy body and mental health is possible with healthy nutrition and Ensuring that healthy nutrition becomes a lifestyle.