**О вреде переедания**

1. *Большая сыть — брюху вредить.*
2. *Кто жаден до еды — дойдёт до беды.*
3. *Большой кусок застревает в горле.*
4. *Умеренность в еде полезней, чем сто врачей.*
5. *Большой кусок рот разорвёт, а маленький досыта накор­мит.*
6. *Умеренная пища — отрада уму.*
7. *Будь умерен в еде, но не в работе.*
8. *Если хочешь здоровья, не ешь много, если хочешь почёта, не говори много.*
9. *Ешь вполсыта – проживешь век до полна.*
10. *Желудок обжоры — бездонное ущелье.*