



На пути к здоровью.



ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ?

Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний или физических дефектов.



Всем известно и
понятно,
Что здоровым быть
приятно.
Только надо знать.
Как здоровым стать.



СОБЛЮДЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



ЗДОРОВЫЙ СОН



ЗАНЯТИЕ СПОРТОМ



ПРАВИЛЬНО ОТДЫХАЙТЕ

**ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ- ЭТО ВАШ
ВЫБОР, И ВЫ САМИ В ОТВЕТЕ ЗА
СВОЕ ЗДОРОВЬЕ.
ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ-
ЭТО ВАШЕ САМОЧУВСТВИЕ
СЕГОДНЯ И В ДАЛЬНЕЙШЕМ.**



**Мы, за здоровый
образ жизни !**

