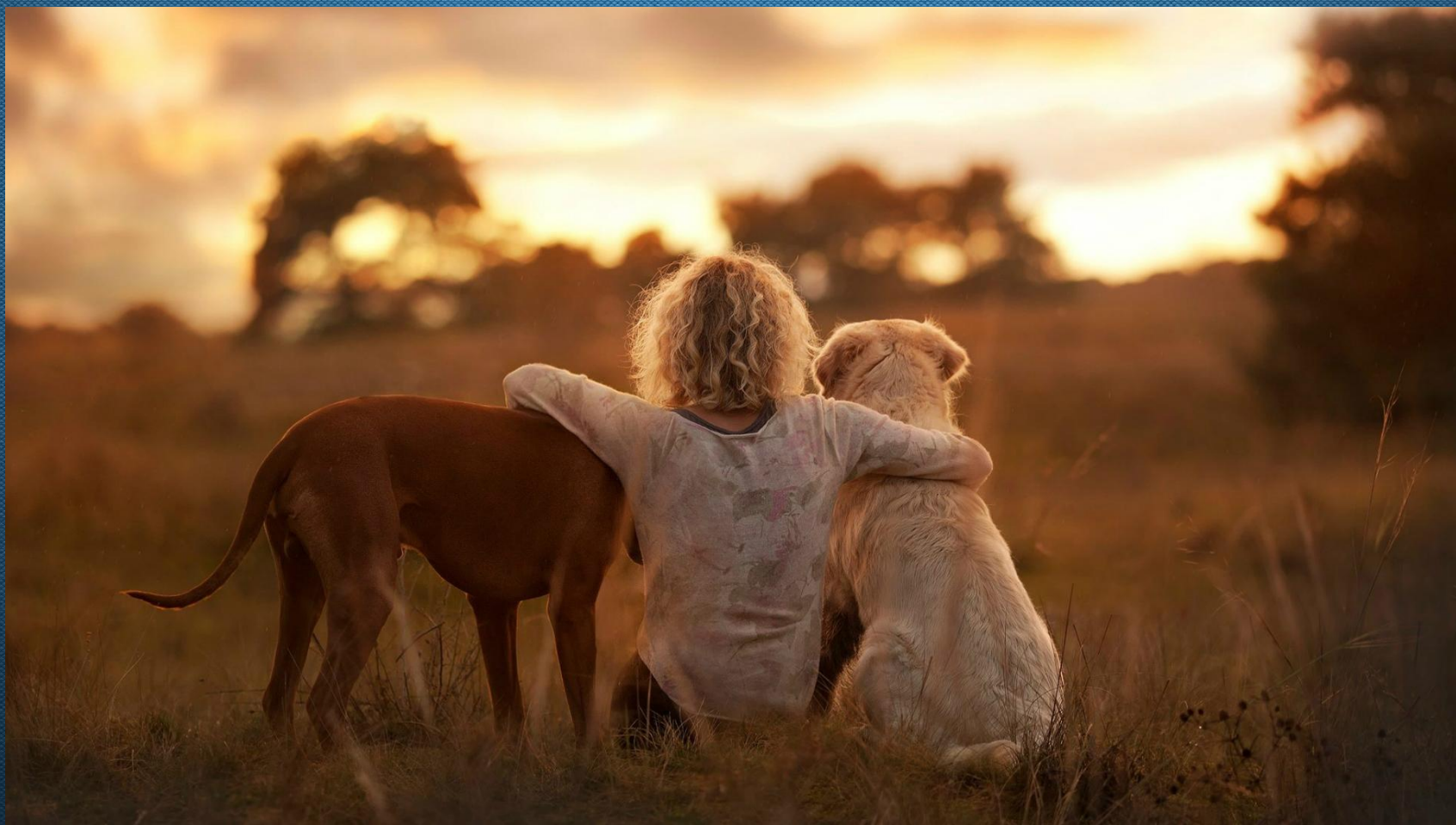


Жизнь для жизни

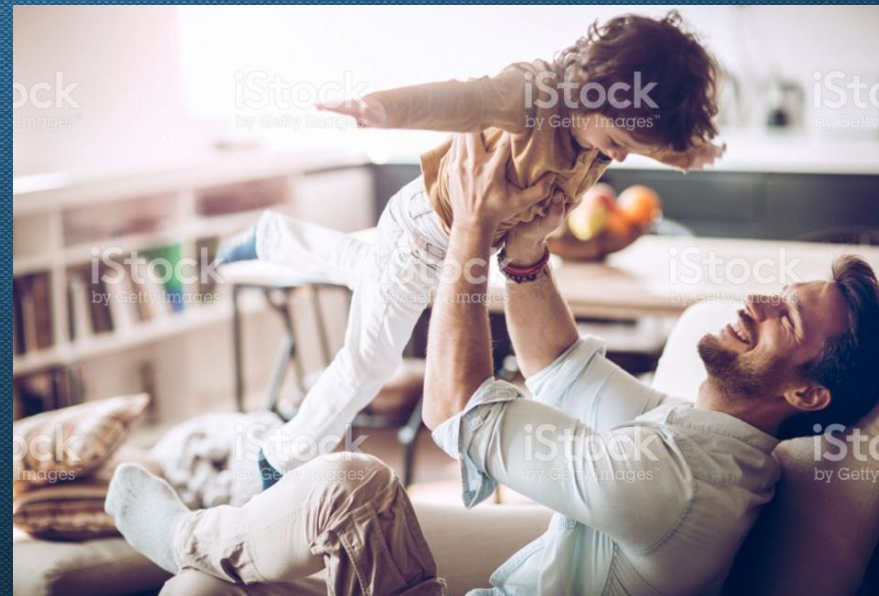


Что такое здоровье?



Что такое здоровье?

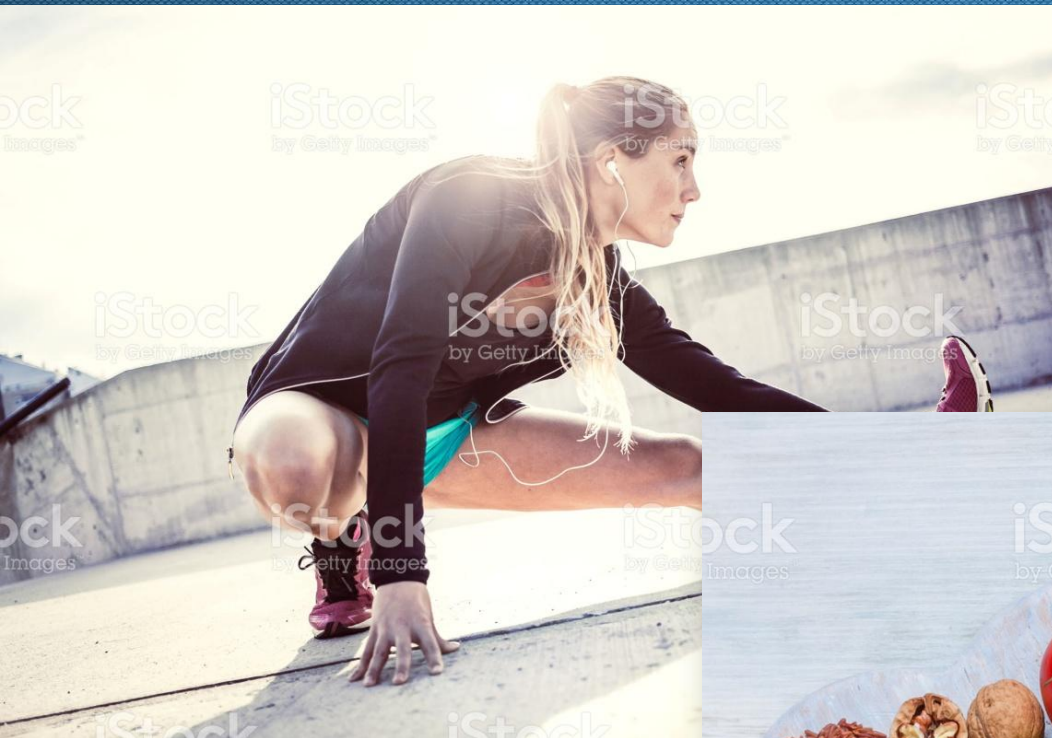
- Здоровье - является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов



От чего зависит здоровье?



Что входит в ЗОЖ?



- ЗОЖ – правила жизни (режим дня, питание, физическая активность, вредные привычки), определяемые мотивированным поведением человека, направленным на сохранение и укрепление своего здоровья, в условиях воздействия внешней среды.



Для чего нам нужно здоровье?



Здоровье нам нужно для того, чтобы:

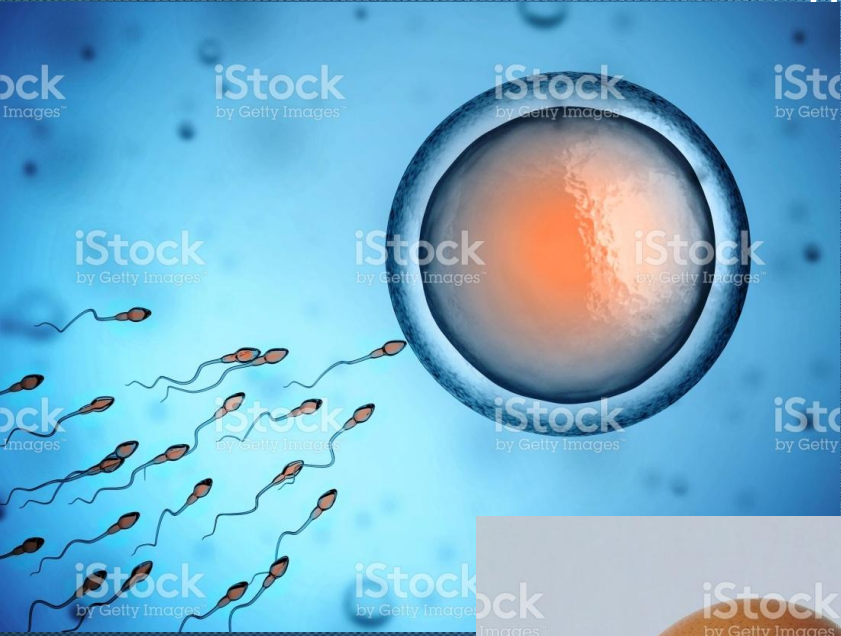
- Выбрать профессию по душе
- Путешествовать
- Помогать родителям
- Быть счастливым
- Быть красивым, иметь хорошую кожу, спортивную фигуру
- Общаться с природой и животными
- Создать собственную семью



Почему «Жизнь для жизни»?



Репродуктивное здоровье – состояние физического, психического и социального благополучия человека, определяющее способность к воспроизводству ПОТОМСТВА



Что особенно влияет на вынашивание ребенка:

- Заболевания (инфекции, хронические заболевания)
- Рациональное питание (чрезмерное похудание, ожирение; недостаток железа, йода).
- Физическая активность



Спасибо за внимание!

