



ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ

Автор - Шишова З.В.



СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

ГИГИЕНА ЖИЛИЩА



ГИГИЕНА КОЖИ



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

ГИГИЕНА ПИТАНИЯ



ГИГИЕНА ОДЕЖДЫ



ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА







site-for-girls.ru



gorodpomoza.ru



ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

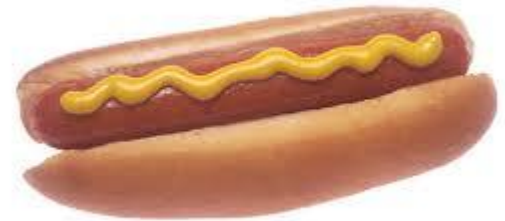


ЗАБОТА О ЧИСТОТЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ









Самые вредные продукты питания

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ



1 СЛАДОСТИ И ЖИРЫ

При умеренном потреблении могут стать частью здоровой, сбалансированной диеты.

2.1 МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

содержат кальций, необходимый для зубов и костей, а также белки и витамины.

2.2 МЯСО, ПТИЦА, РЫБА

Богаты железом, цинком и витаминами группы В.

3 ХЛЕБ, КРУПЫ И КАРТОФЕЛЬ

Богаты железом, цинком и витаминами группы В.

4.1 ОВОЩИ

Они очень полезны. Их необходимо съедать как минимум 5 порций в день.

4.2 ФРУКТЫ

Они богаты витаминами, минеральными и биологически активными веществами.

5 НАПИТКИ

Взрослому человеку требуется не меньше 1,5 л жидкости в день.



Улыбайтесь!
Вам идет:)



ХОРОШ
ЕЕ

НАСТРОЕН
ИЕ





ОБЩЕН

МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ:

1. ЗНАКОМСТВО
2. ПРИЯТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ
3. ТОВАРИЩЕСТВО
4. ДРУЖБА



ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ





ПОЛЕЗНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ



A vibrant orange slice is the central focus, partially submerged in clear water. The water is in motion, with dynamic splashes and ripples surrounding the fruit, creating a sense of freshness and vitality. The background is a soft, light blue, enhancing the overall clean and healthy aesthetic.

**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ**