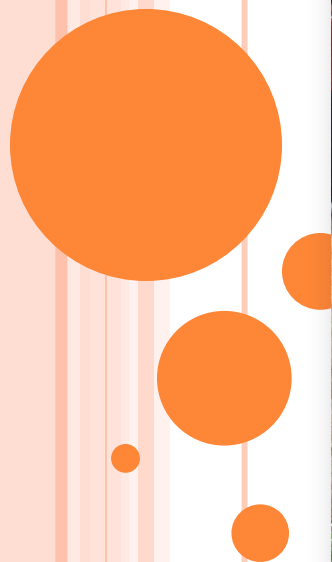


ЗДОРОВЬЕ – БЕСЦЕННОЕ БОГАТСТВО !



- В здоровом теле –
- Голову держи в холоде,
- Заболел живот, держи...
- Быстрого и ловкого...
- Землю сушит зной, а человека...
- К слабому и болезнь...
- Поработал - ...
- Если хочешь быть здоров -



Тест «Твоё здоровье»

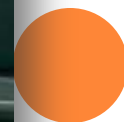
1. У меня часто плохой аппетит.
2. После нескольких часов работы у меня начинает болеть голова.
3. Я часто выгляжу усталым и подавленным, иногда раздражённым и угрюмым.
4. Я часто болею.
5. Я почти не занимаюсь спортом.
6. В последнее время я прибавил в весе.
7. У меня часто кружится голова.
8. В настоящее время я курю.
9. У меня плохой сон и неприятные ощущения утром после пробуждения.

ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Правильное питание
Активная деятельность и
активный отдых
Отказ от вредных привычек



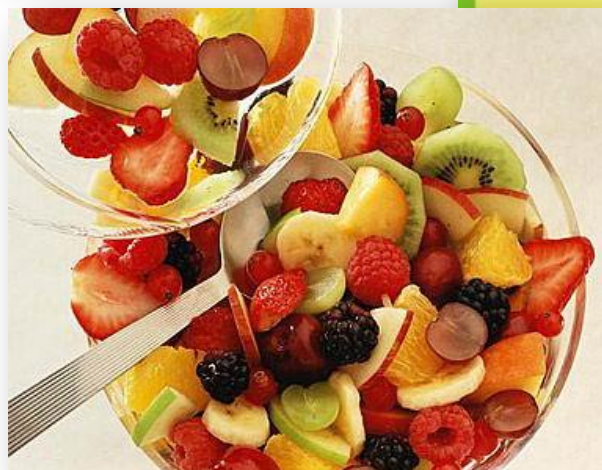
ЧТО МЫ ПЬЁМ ?



Что мы едим ?



ВКУСНАЯ И ПОЛЕЗНАЯ ПИЩА



ПРИВЫЧКИ, КОТОРЫЕ МЕШАЮТ НАМ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ.





сигареты



наркотики



алкоголь



спорт



правильное питание



свежий воздух



режим дня



электромагнитные поля



хорошее настроение

Правила здорового образа жизни



Мы - за здоровый образ жизни!

