

Здоровье и здоровый образ жизни в разных странах

Выполнили: Лоч Анна и
Нечипоренко Екатерина

Швеция: больше двигаться, меньше хандрить



США: надо меньше есть



ЗОЖ в Китае: когда нет денег, помогает опыт предков





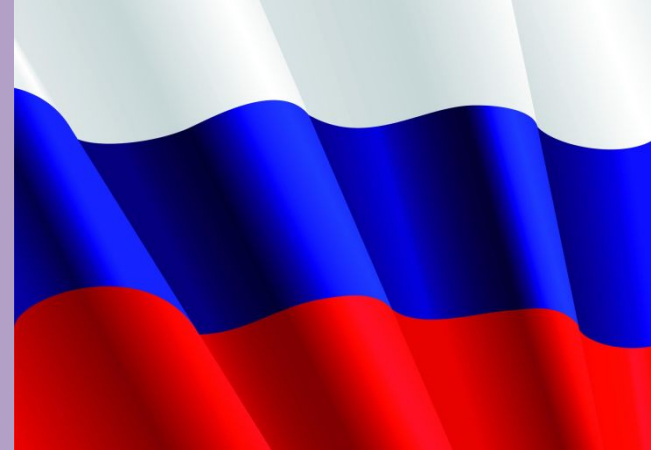
Япония: работать головой

Правила долгой здоровой
жизни:

- меньше есть
- больше спать
- постоянно заставлять мозг
работать
- не одеваться слишком тепло
- уметь смеяться
- уважать друг друга
- не курить и не пить.



Россия



Валеология - «общая теория здоровья», претендующая на интегральный подход к физическому, нравственному и духовному здоровью человека.

**Спасибо за
внимание**