

# ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ СОГЛАСНО ВОЗ

социальная сфера



Определение Всемирной организации здравоохранения

*Здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.*

Сферы личности социума	Духовная	морально – нравственная	эмоциональная	физическая
экологическая	Намерение ( созидание, творение)	морально – нравственные ценности	Альтруизм и эмпатия. 1.добрые дела	Наши пищевые вещества должны быть лечебным средством, а наши лечебные средства должны быть пищевыми веществами. автор: Гиппократ
коммуникативная	Наличие идеала	Отсутствие деструктивных установок	самоконтроля в общении	Умение работать в команде Язык - самое опасное оружие: рана от меча легче залечивается, чем от слова. автор: Кальдерон де ла Барка
материальная	Рефлексия, самоанализ	Развитие силы воли, путем самоограничений	Умение признавать ошибки и исправлять	Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения. автор: Анджело Моссо