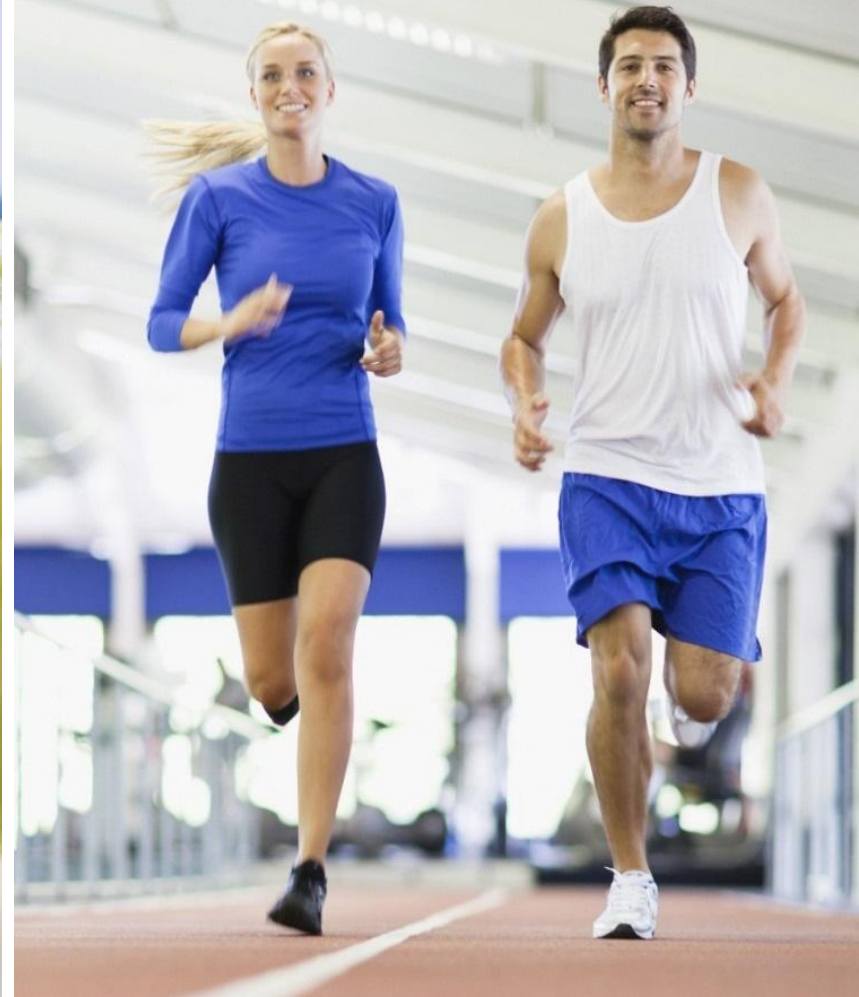




ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗ
ЖИЗНИ

Правильное питание



Физическая активность



Отсутствие вредных привычек



ЗОЖ

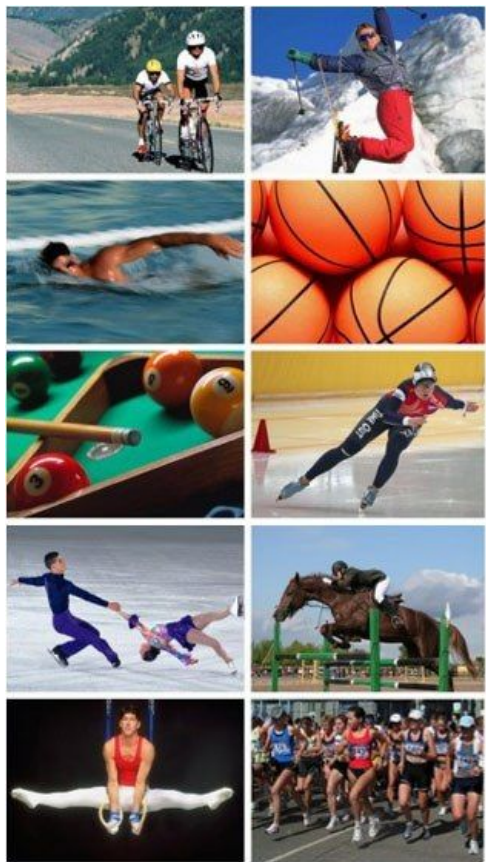
Режим дня



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

- Правильное питание — это одна из составляющих здорового образа жизни.
- От питания зависит наше самочувствие и здоровье в целом.
- Фрукты и овощи — источники витаминов.





Я выбираю СПОРТ



ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Только
сбалансированные и
регулярные
физические нагрузки
обеспечат
правильную работу
организма.
Физическая
активность не
позволяет нашим
мышцам
атрофироваться и
укрепляет
внутренние органы.

ВРЕД КУРЕНИЯ



ВРЕД АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИКОВ



*КАЖДЫЙ РЕШАЕТ
САМ, КЕМ ЕМУ
СТАТЬ!*

