

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

ГЛАВНЫЕ ВРАГИ ТВОЕГО ЗДОРОВЬЯ:

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

от азартных игр, компьютера способствует снижению физической активности

НИКОТИН-это наркотик

Курение табака – причина многих заболеваний.

Алкоголь – это наркотик

Употребление спиртных напитков способствует моральному разложению личности и служит причиной болезней печени.



МЫ ЗА:

- Здоровое питание
- Здоровый сон
- Занятие спортом
- Выход на природу
- Культурный досуг
- Участие в акции «За здоровый образ жизни»



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

Следует, Вам, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться –
На зарядку становиться!