

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

ГЛАВНЫЕ ВРАГИ ТВОЕГО ЗДОРОВЬЯ:

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

от азартных игр, гаджетов, 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 акциях «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!

Мы - сами творцы своего будущего и каждый должен сотворить себя сам!

Здоровье – это достояние всего общества, которое невозможно оценить.

Мы желаем друг другу крепкого здоровья, когда встречаемся или прощаемся, потому что это основа счастливой и полноценной жизни.

Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планов, преодолению трудностей, даёт возможность успешно решать жизненные задачи.



**НАШЕ ЗДОРОВЬЕ
В НАШИХ РУКАХ**



**Дружно, смело с оптимизмом –
за здоровый образ жизни!**



**МБОУ
«Бурят-Янгутская средняя
общеобразовательная школа им.
А.С.Пушкина»**

**ТВОЁ ЗДОРОВЬЕ
—
В ТВОИХ РУКАХ!**

