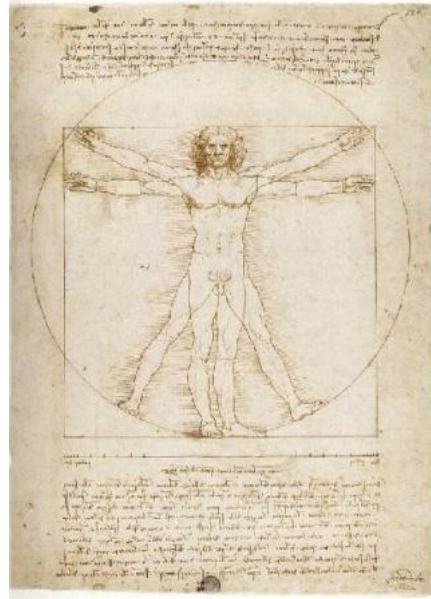
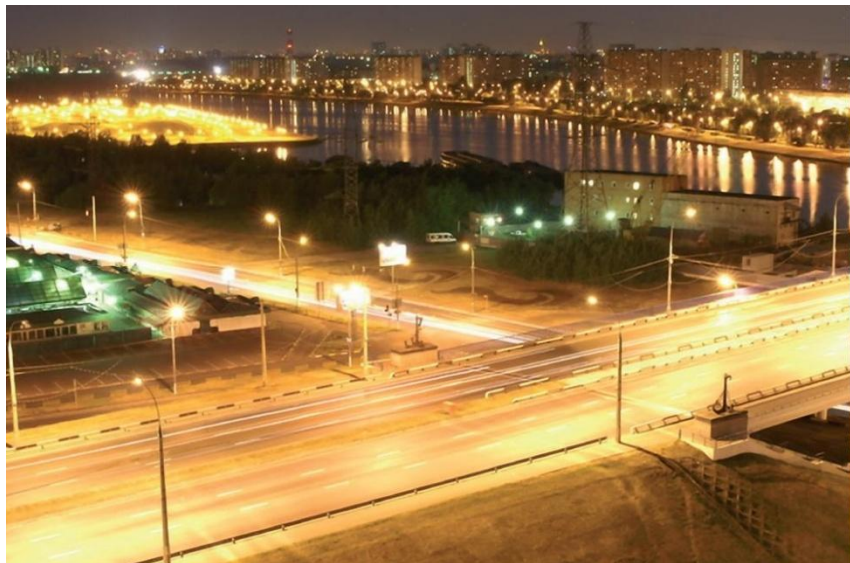


ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ СТРЕСС



Разнообразные факторы
окружающей среды, негативно
влияющие на здоровье человека
объединяются под названием
"экологический стресс"

его причины:

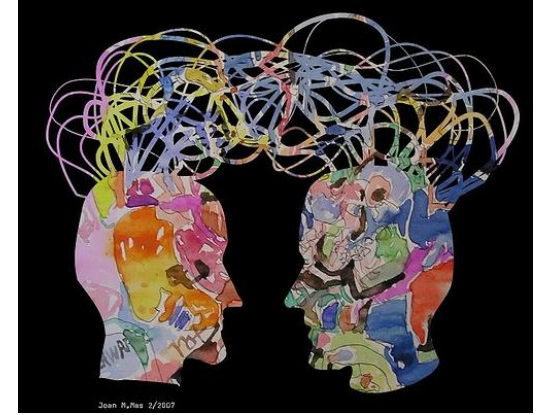
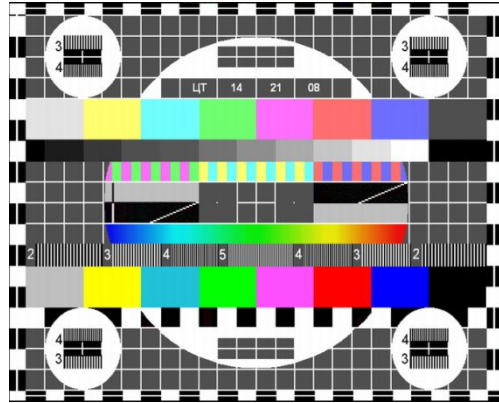


**ИСКУССТВЕННЫЙ
СВЕТ**

громкий шум



огромные навязчивые потоки информации



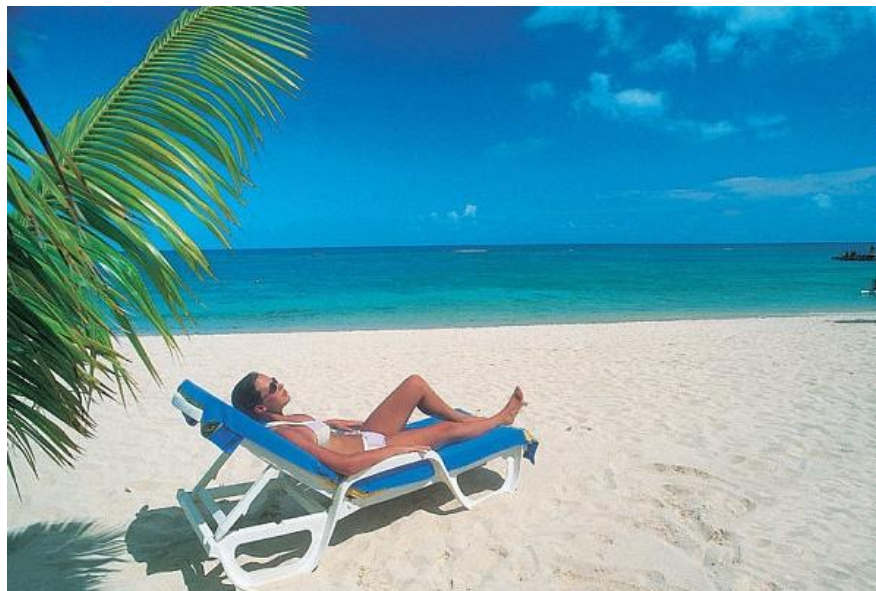


оторванность от земли



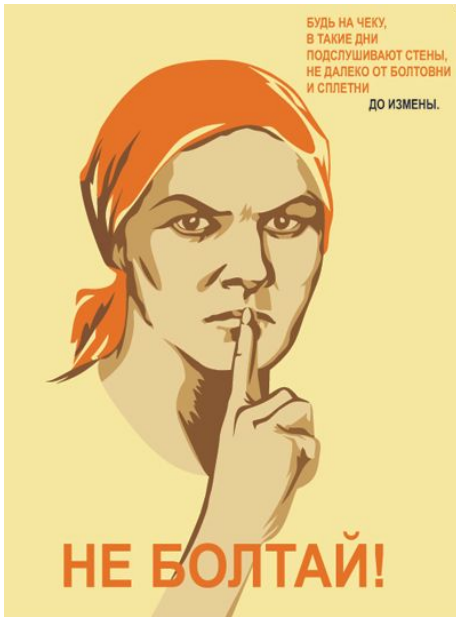
ненатуральная пища

ненатуральный климат



ПЛЯЖНЫЙ ОТДЫХ ЗИМОЙ

необходимость постоянно контролировать себя



как же минимизировать влияние экологического стресса?



нужно регулярно
переключаться



вести здоровый образ жизни



и правильно питаться



ТОГДА МОЖНО СВЕСТИ ДО МИНИМУМА ВЛИЯНИЕ
ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СТРЕССА





и продолжать жить активной жизнью!