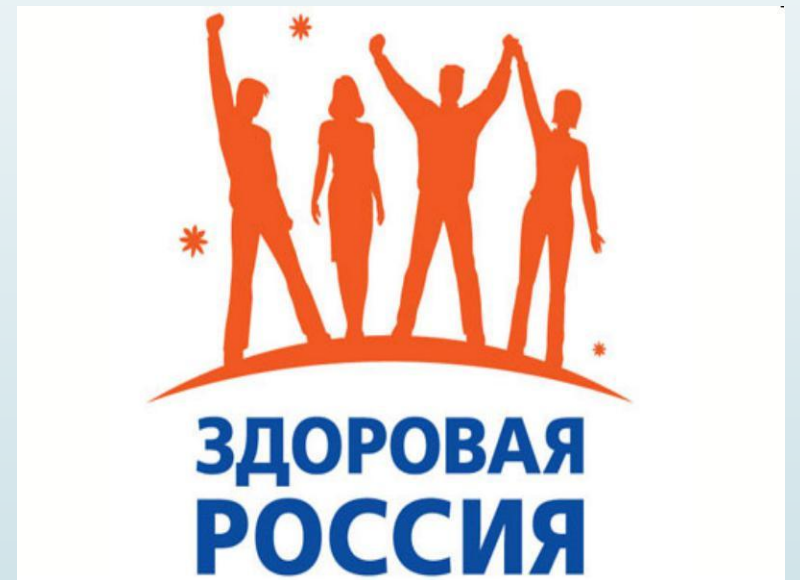


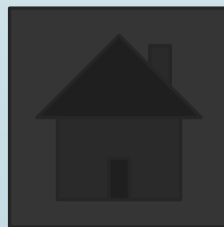
# Здоровый образ жизни

Выполнил студент группы ПО2а:  
Кашанян Велисон

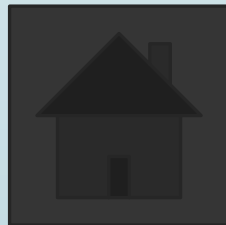
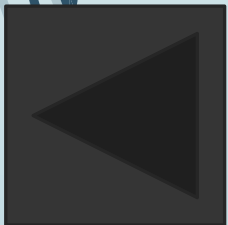
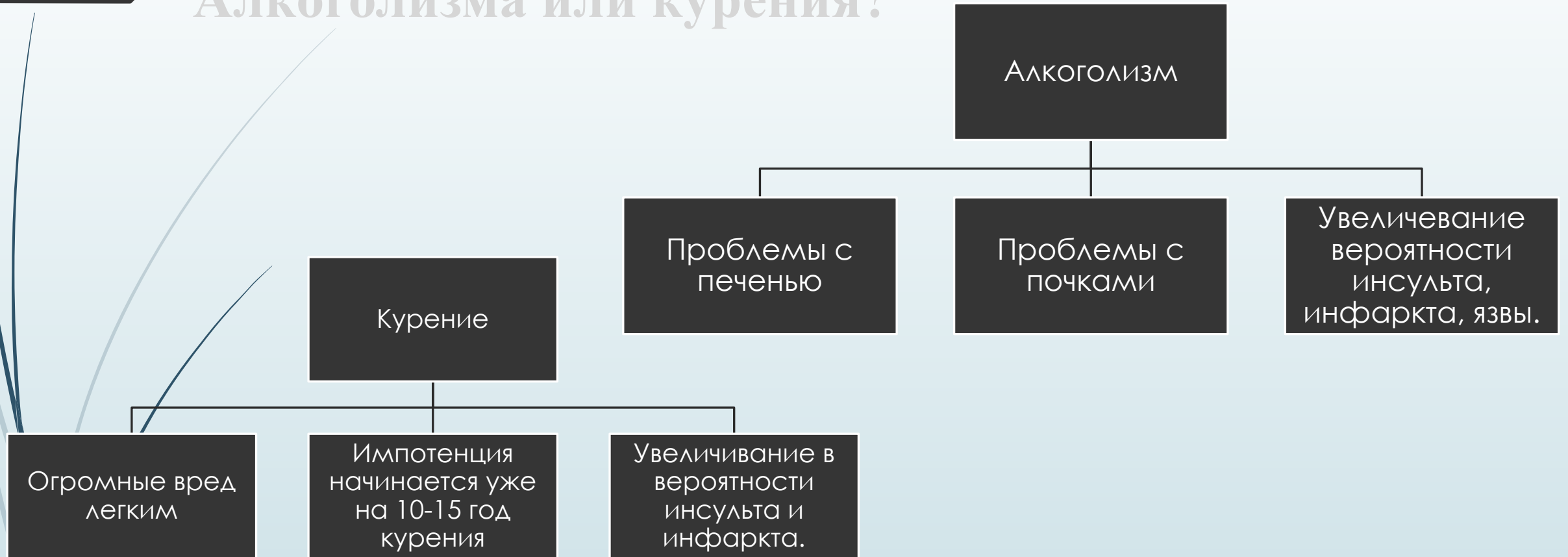


# Содержание

1. [Нужны ли вам проблемы Алкоголизма или курения?](#) *3 слайд*
2. [Нужно ли вам здоровье?](#) *4 слайд*
3. [Плюсы здорового образа жизни](#) *5 слайд*
4. [ЗОЖ](#) *6 слайд*
5. [Польза ЗОЖ](#) *7-8 слайды*
6. [Примеры ЗОЖ](#) *9 слайд*
7. [Помощь близким](#) *10 слайд*
8. [Заключение](#) *11 слайд*



# Нужны ли вам проблемы Алкоголизма или курения?



# Нужно ли вам здоровье?

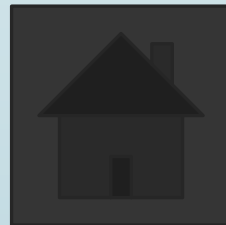
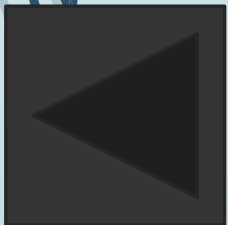


Здоровье дается раз в жизни, и поэтому стоило бы ценить это, и не употреблять наркотические или алкогольные продукты которые постепенно разрушают наше здоровье.

Ведь здоровая жизнь намного лучше чем жизнь наркомана или алкоголика.

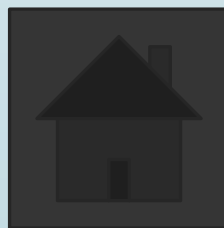
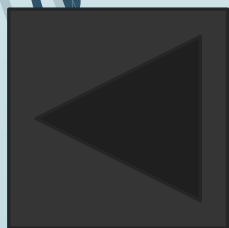
И даже если вы уже ведете неправильную жизнь, то никогда не поздно начать новую “Здоровую” жизнь, главное осознать то что и без сигарет или алкоголя человек может быть счастливым, т.к. у алкоголика в жизни главное достать алкогольные напитки и жизнь далась, а у наркомана тоже самое но с наркотиками.

Задумайтесь...

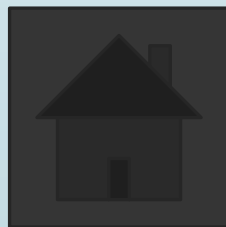
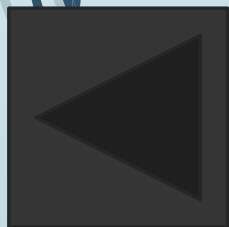


# Плюсы здорового образа жизни:

1. Продлеваешь жизнь.
2. Становишься энергичнее.
3. Улучшается память.
4. Повышается интеллектуальный уровень.
5. Всегда спортивная фигура.
6. Снижение риска ожирения.
7. Наедаешься меньшим количеством еды.
8. Настроение почти всегда хорошее.
9. Своеобразная профилактика болезней.
10. Здоровые волосы и зубы.
11. Даже если заболел, то переживаешь легче.
12. Организм будет быстро приспосабливаться к смене температуры.
13. Уменьшается период акклиматизации.
14. Меньше мерзнешь.
15. Счастлив по жизни!!!

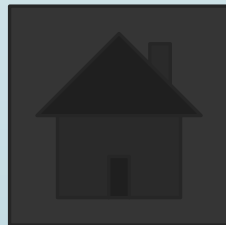
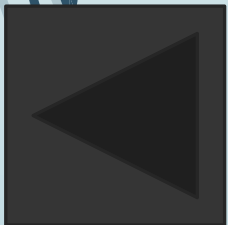


# ЗОЖ



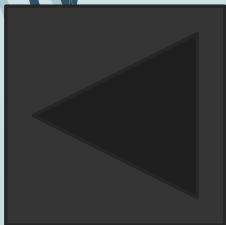
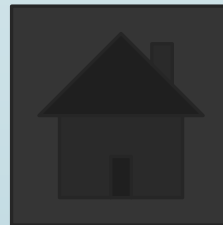
## Польза ЗОЖ

Благодаря правильному питанию Вы сможете подарить Вашему организму **мощнейший заряд полезных витаминов и минералов**. Если Вы введете в свой рацион продукты богатые витаминами, минералами, клетчаткой и белком, уже совсем скоро Вы увидите **положительные результаты** влияния полезной пищи на организм. Не забывайте о том, что жирная и слишком зажаренная пища хоть и вкусная, но пользы от нее Вашему организму не много.



# Польза ЗОЖ

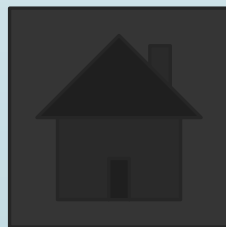
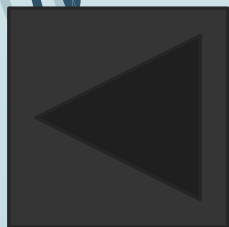
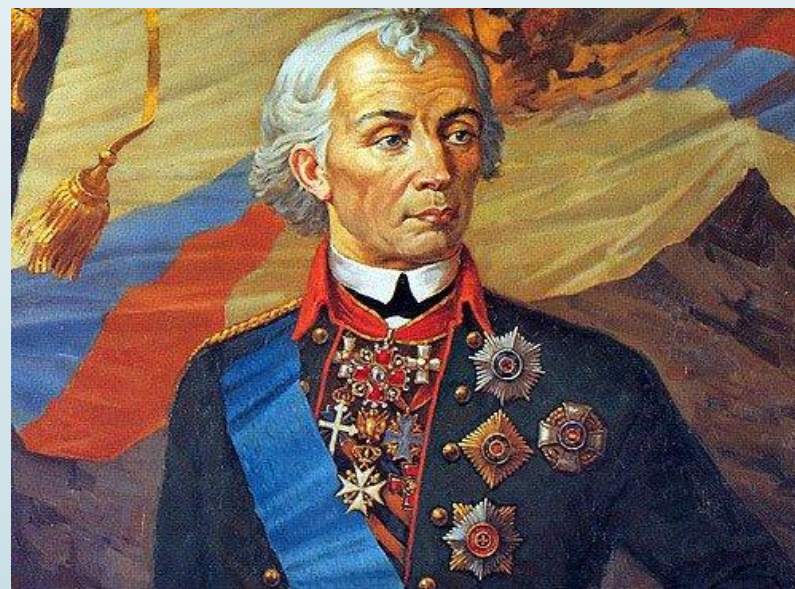
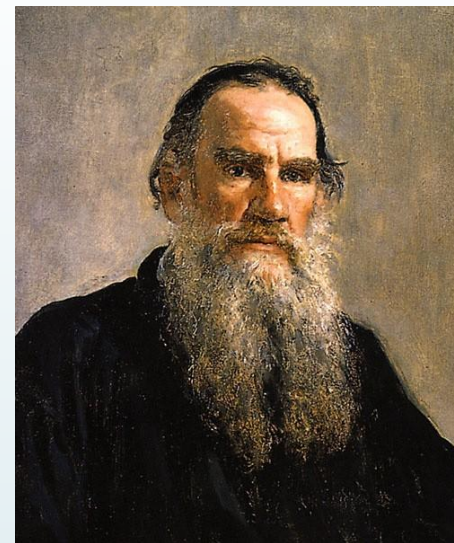
И так, если Вы всерьез займетесь собой, уже совсем скоро, Вы сможете наблюдать результаты своих стараний и упорного труда. Занятия спортом подарят вам **красивую фигуру**, а полезное питание – **здоровый организм**. Забудьте про таблетки и лекарства, отныне Ваш организм будет сам бороться с любым недугом, и Вы об этом не пожалеете. Если Вы уверены в своем здоровье, Вы можете быть уверены в своем успехе, и Вам всегда будет улыбаться удача. **Ваше здоровье во многом зависит от Вас.**





# Примеры ЗОЖ

**Примерами здорового образа жизни** является жизненный путь, таких разных на первый взгляд, знаменитых людей, таких как полководец **Александр Суворов**, писатель **Лев Николаевич Толстой**, врач **Николай Михайлович Амосов**

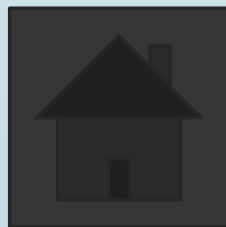
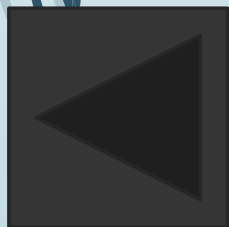


## Помощь близким

И даже если вы ведете ЗОЖ, а ваши родные или друзья, ведут не верный образ жизни, не ввязывайтесь в это...

Попробуйте помочь, донести до них что это не тот образ жизни который нужен человеку чтобы он стал счастливым или успешным.

**Спаси человека!**



# Заклучение

Выбор за вами...!



ЦЕЛЬ ОДНА  
скорость разная

