

Мы – за ЗОЖ

Выполнила: Звягина О.В.

МЫ  **СЯ**



здоровый
образ жизни

* ЧТО ТАКОЕ ЗОЖ?

Здоровый образ жизни(ЗОЖ) - это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.



Занимайся спортом



Ешь здоровую пищу



Откажись от вредных привычек

Сделай свой выбор!





Правильное питание

Движение-жизнь

Режим дня

Здоровый образ жизни

Чистота-залог здоровья

Положительные эмоции

Закаливание

Нет-вредным привычкам

**Мы, за здоровый
образ жизни!**

