

**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!**

