


**ЗДОРОВАЯ
НАЦИЯ**





- **Здоровый школьник сегодня-здоровая нация в будущем!**

- **Здоровая нация – счастливая Россия!**

**Здоровый школьник
сегодня**

**здоровая нация в
будущем!**

**Здоровая нация -
счастливая Россия!**

**«Здоровая нация –
процветание России! А
ты готов к труду и
обороне?»**



- Мы понимаем, что развитие нашей страны зависит и от нас. Чтобы поднять продолжительность жизни россиян, может быть, в какой-то мере достаточно придерживаться простейших правил в отношении к собственному здоровью.



Здоровая нация

Здоровье – одна из важнейших ценностей человеческого общества. Сегодня здоровье нации – это показатель цивилизованности государства, а состояние здоровья населения, в свою очередь, как индикатор общественного развития, отражение социально-экономического развития страны.





Призываем всех !

1. Откажитесь от вредных привычек.
2. Желайте себе и всем людям Добра, Красоты, Здоровья.
3. Во всем найдите меру: в труде, отдыхе, питании.
4. Научитесь сдерживать свои негативные эмоции, страсти, гнев.
5. Улыбайтесь! Улыбка – лучшее противоядие от неприятностей и стрессов.
6. Ведите здоровый образ жизни!