

Наше здоровье в наших руках !



**Сообщение подготовила семья
Габидуллина Даниса**

Здоровый образ жизни- это:

- Соблюдение чистоты
- Правильное питание
- Сочетание труда и отдыха
- Движение
- Закаливание
- Занятие спортом
- Отсутствие вредных привычек

Пословицы

Здоровье дороже богатства.

Чистота — залог здоровья.

Вкусная еда - животу беда.

Бестолковый отдых утомляет хуже работы.

**Береги здоровье с
молоду!**

Прогулка зимой на свежем воздухе



Занятие спортом



Прогулка в лесу



купание на речке



Мы на море

