



Мы за здоровый образ жизни

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ – ОТЛИЧНЫЙ СПОСОБ ПОДНЯТЬ НАСТРОЕНИЕ

ЗИМОЙ ДАЖЕ КОРОТКАЯ ЛЫЖНАЯ ПРОБЕЖКА ПРИНЕСЁТ БОДРОСТЬ

ВЫБИРАЯ СПОРТ, ТЫ ВЫБИРАЕШЬ ЖИЗНЬ!



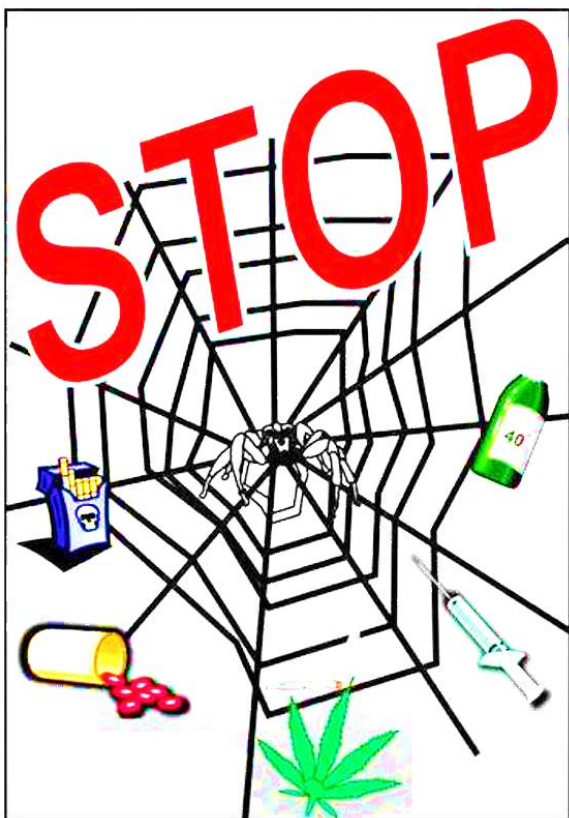
СПОРТ МОЛОДОСТЬ ЗДОРОВЬЕ



Правила здорового образа жизни



- Беспокойтесь о здоровье начиная с молодости, есть много болезней, которые проявляются с годами;
- Занимайтесь физкультурой, стараясь проводить максимально много времени на свежем воздухе;
- Имейте активный отдых;
- Спите 7,5 часов в день, недостаток сна лечит хуже любых лекарств;
- Не курите, особенно не пытайтесь скрыться от жизненных препятствий в мир алкогольного или наркотического опьянения;



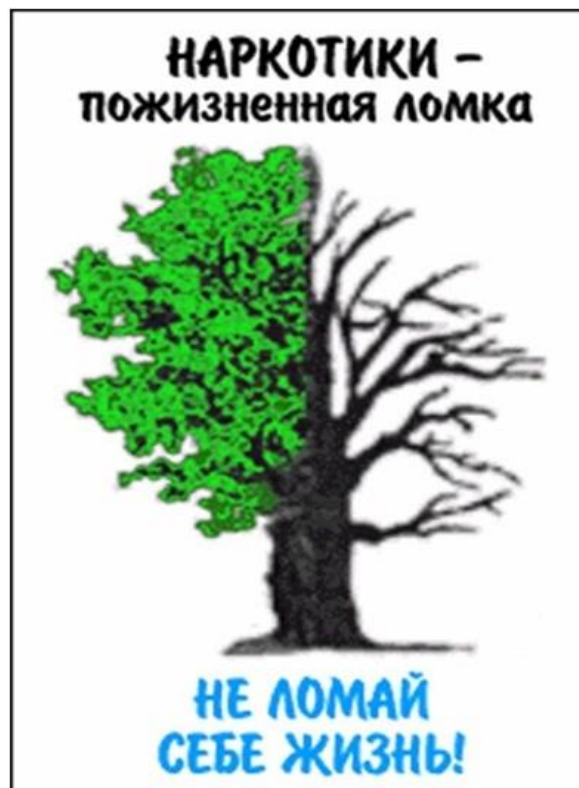
УМЕЙ ПРОТИВОСТОЯТЬ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ!

ПОМНИ:

СИГАРЕТА – ЭТО ПАЛОЧКА С ОГНЕМ НА ОДНОМ КОНЦЕ И С САМОУБИЙЦЕЙ НА ДРУГОМ.

КУРИТЬ –ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ.

СИГАРЕТА НЕ ПУТЬ К САМОУТВЕРЖДЕНИЮ.

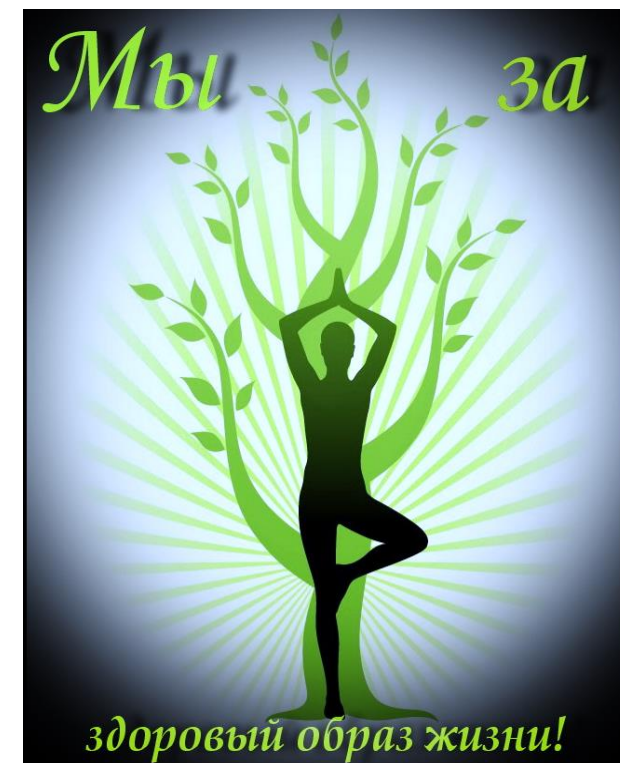


**НЕТ ЗДОРОВЬЯ БЕЗ ДВИЖЕНИЯ,
ЭТО СКАЖЕТ ВАМ ЛЮБОЙ!
ЗАНИМАЙТЕСЬ С НАСЛАЖДЕНИЕМ
СПОРТОМ, ТАНЦАМИ, ХОДЬБОЙ!**

Над выпуском работала:

вожатая Белоножко Л.В.

октябрь, 2015 г



НАШ ДЕВИЗ:

**МЫ – ЗА ЗДОРОВЬЕ, МЫ – ЗА СЧАСТЬЕ,
МЫ – ПРОТИВ БОЛИ И НЕСЧАСТЬЯ,
ЗА ТРЕЗВЫЙ РАЗУМ, ЗА ЯСНОСТЬ МЫСЛЕЙ,
ЗА ДЕТСТВО, ЮНОСТЬ, ЗА РАДОСТЬ ЖИЗНИ!**