



Здоровое общество- будущее НАЦИИ

Выполнила ученица 7-«В»
класса
Шаталова
Виктория

Здоровый Образ Жизни

Здоровый образ жизни, ЗОЖ — образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.



8 причин, почему человеку нужно вести здоровый образ ЖИЗНИ

1. Получать удовольствие от жизни
2. Жизнь без болезней
3. Появиться гордость собой
4. Хорошее настроение
5. Красивое подтянутое тело даже в зрелом возрасте
6. Быть способным защитить себя и своих близких в экстремальных ситуациях
7. Сохранение молодости и замедление процесса старения
8. Большой заряд сил и энергии

Спасибо за внимание!!!
Будьте здоровы!!!

