

**Путешествие
в страну
«Здорового образа
ЖИЗНИ»**



**«Здоровье
потеряешь:
все потеряешь»»**

10 заповедей ЗОЖ

- **Режим дня**
- **Правильное питание**
- **Нормальный сон**
- **Физическая деятельность**
- **Закаливание**
- **Жизнерадостность**
- **Доброта**
- **Отказ от курения**
- **Отказ от алкоголя**
- **Отказ от наркотиков**

Девиз: «Чистота залог здоровья»



ЧИСТОТУ

**Девиз: «Будешь
правильно
питаться, со
здоровьем
будешь знаться»**



**Девиз: «Чтоб здоровым, сильным
быть – надо со спортом дружить»**



**Девиз: «Больше улыбайтесь,
каждым днем наслаждайтесь!»**



Будьте здоровы!