

Древо здоровья

«Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков»

(1975 год. Москва.
Всемирный конгресс врачей под эгидой ВОЗ.)

**ОПТИМАЛЬНЫЙ
УРОВЕНЬ
ДВИГАТЕЛЬНОЙ
АКТИВНОСТИ**



**РЕГУЛЯРНОЕ
ПРОХОЖДЕНИЕ
МЕДИЦИНСКИХ
ОСМОТРОВ**



**ПСИХИЧЕСКАЯ И
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
УСТОЙЧИВОСТЬ**



ЗАКАЛИВАНИЕ



**РАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ**



**СЕКСУАЛЬНОЕ
ВОСПИТАНИЕ**



**СОБЛЮДЕНИЕ
РЕЖИМА
ТРУДА
И ОТДЫХА**



**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ**



**БЕЗОПАСНОЕ
ПОВЕДЕНИЕ**



**ЛИЧНАЯ
ГИГИЕНА**

**ХОРОШЕЕ ЗДОРОВЬЕ -
основа долгой, счастливой и полноценной жизни.**