



ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ — ОДИН ИЗ САМЫХ ЦЕННЫХ ПОДАРКОВ РОДИТЕЛЕЙ СВОИМ ДЕТЯМ

Приверженность основам здорового образа жизни с детства, собственный пример родителей — это **фундамент для сохранения на долгие годы жизни крепкого здоровья**

- соблюдение принципов здорового питания
- занятия физической культурой и спортом
- соблюдение режима сна и отдыха
- отсутствие вредных привычек



takzdorovo.ru

 Городской центр
общественного здоровья
и медицинской профилактики