

Уважаемые родители,

в целях формирования здорового образа жизни согласно Плану проведения региональных тематических мероприятий по профилактике заболеваний на 2023 год с 3 апреля по 9 апреля проводятся мероприятия, посвященные «Неделе продвижения здорового образа жизни (в честь Всемирного дня здоровья 7 апреля)».

Предлагаем ознакомиться с основными тезисами:

- ЗОЖ, по определению ВОЗ – оптимальное качество жизни, определяемое мотивированным поведением человека, направленным на сохранение и укрепление здоровья, в условиях воздействия на него природных и социальных факторов окружающей среды;
- следование ЗОЖ приводит к оздоровлению организма в целом и сердечно-сосудистой системы в частности.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!