

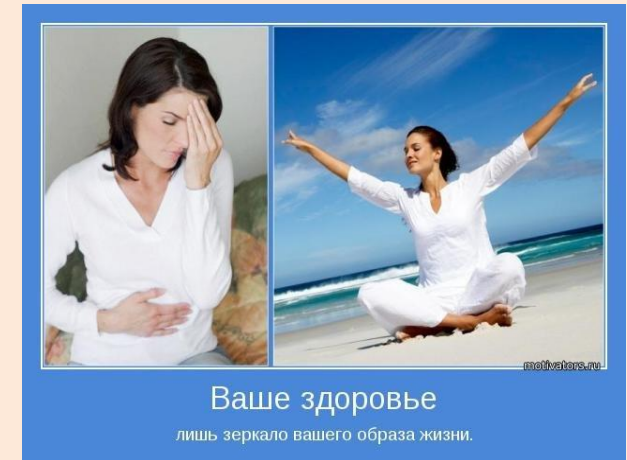


Если хочешь быть здоров,  
Правильно питайся.  
И от всей души всегда  
Всем ты улыбайся.

Соблюдай режим дня –  
Это важно для тебя.  
Вовремя ложись спать,  
Чтобы утром бодрым встать.

На экскурсии мы ходим,  
Отдыхаем на природе.  
Познаём мы мир вокруг,  
Чтоб не получить недуг.

Спорт и физкультура,  
Всех вперёд ведут.  
В трудную минуту  
Нас не подведут.



Умей принудить сердце, нервы, тело  
Тебе служить, когда в твоей груди  
Уже давно все пусто, все сгорело  
И только Воля говорит: «ИДИ!»

Останься прост, беседуя с царями,  
Будь честен, говоря с толпой.  
Будь прям и тверд с врагами и друзьями.  
Пусть все в свой час считаются с тобой!

Наполни смыслом каждое мгновенье  
Часов и дней неуловимый бег-  
Тогда весь мир ты примешь как владенье  
Тогда, мой сын, ты будешь Человек!

Р. Киплинг



### Здоровый образ жизни-

это совокупность действий и поступков человека, которые направлены на сохранение его духовного и физического здоровья.



diets.ru



## БЫТЬ ЗДОРОВЫМ - ЭТО МОДНО!!!



Наш адрес: г. Балаково, ул. Бр. Захаровых дом 8а

Телефон: 8(845 3) 35-16-35

В СОШ №25 работает социальный педагог

Режим работы: ежедневно с понедельника по пятницу с 8.30 до 16.00, обеденный перерыв с 12.00 до 12.48

Так же получить индивидуальную консультацию по интересующим вас вопросам можете: МУЗ «Центр медицинской профилактики», тел: 33-64-23, 33-97-92

ГУЗ «Балаковский психоневрологический диспансер»

тел: 66-57-98 (консультации врача- нарколога, психотерапевта, суицидолога)

Разработала: Гостева Н.П.



## ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!



Г. Балаково, ноябрь 2015г.