


# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (ЗОЖ) – ВАЖНЫЙ ФАКТОР ЗДОРОВЬЯ:

- укрепляет общее состояние
- снижает частоту заболеваний и обострений хронических заболеваний
- создает физический и душевный комфорт
- повышает трудовую активность
- активизирует защитные силы организма, жизненную позицию

**ЗОЖ – ЭТО НАУКА О ТОМ, КАК ЖИТЬ  
СЕГОДНЯ, ЧТОБЫ ИМЕТЬ ШАНС УВИДЕТЬ  
ЗАВТРА!**



takzdorovo.ru

 Городской центр  
общественного здоровья  
и медицинской профилактики