

Правила здоровой и счастливой семьи:

- Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки;
- Соблюдайте режим дня;
- Любите своего ребенка, он - ВАШ;
- Обнимать своего ребенка необходимо не менее 4 раз в день;
- Положительное отношение к себе – основа психологического выживания;
- Не бывает плохих детей или родителей, бывают плохие поступки;
- Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства;
- Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями;

ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР ПО ЗОЖ –
ЛУЧШЕ ВСЯКОЙ МОРАЛИ!



Здоровые дети – в здоровой семье,

Здоровые семьи – в здоровой стране,

Здоровые страны – планета здорова,

Здоровье – какое прекрасное слово!

Так пусть на здоровой планете

Растут здоровые дети!!!

ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ:

3 октября – Всемирный день трезвости и борьбы с алкоголизмом

7 апреля – Всемирный день здоровья

31 мая – Всемирный день без табака

26 июня – Международный день борьбы с наркоманией

1 июня – Международный день защиты детей

Руководитель Симоненко А.Е.

МБОУ «Лицей №14»

Отряд «СМС»



Мы за здоровый образ жизни!

Мы за здоровые семьи!



Нижнекамск 2016