

8. Здоровье = Я могу (физическое) + Я хочу (психическое) + Я должен. (ответственность перед обществом).

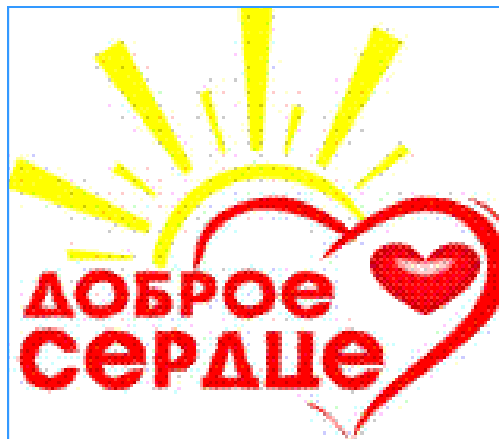
**Я бросил Курить
Я перестал Пить
Я Человек!**

9. Запомни! Посеешь поступок—пожнешь привычку; посеешь привычку - пожнешь характер; посеешь характер—пожнешь судьбу!

ЧТО ПОСЕЕШЬ, ТО И ПОЖНЕШЬ...



10. Помни! Здоровье не всё, но всё без здоровья ничто! Здоровье—не только физическая сила, но и душевное милосердие.



**Выбирай
здоровье!**

**ГБОУ НПО «Профессиональный
лицей №6» г.Оха**

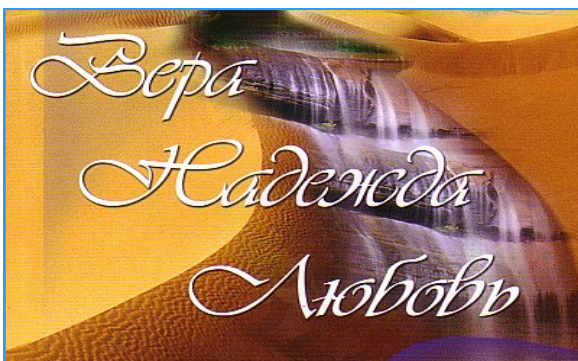
**АКСИОМЫ
здоровья**



**Составитель: педагог-психолог
Н.В.Михайлова**

**Человек—храм здоровья, любви и красоты.
Хочешь прожить счастливо? Сотвори такого человека в своем теле и душе.
Это просто, если помнить аксиомы здоровья:**

1.Желай себе и всем людям добра, красоты, здоровья. Пусть вера, надежда и любовь помогут тебе в этом.



2.Люби отца и мать. Радуйся своей жизни и жизни своих родных, близких и друзей.



3.Во всем знай меру: в труде, отдыхе, питании, любви. Здоровье—это мудрость меры во всем.

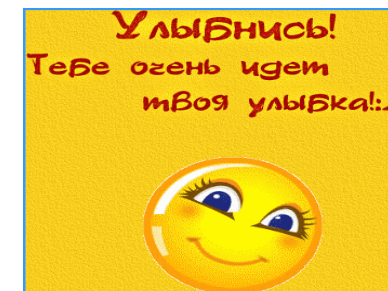
4.Помоги себе и своим близким отказаться от алкоголя, табака, наркотиков—они губят тело и душу.



5.Освободи мозг от психических ядов: зла, зависти, жадности.



6.Улыбайся! Улыбка ничего не стоит, но много дает. Улыбка—отдохновение для уставших, дневной свет для тех, кто пал духом, лучшее противоядие, созданное природой от неприятностей и стрессов.



7.Научись сдерживать свои эмоции, страсти, гнев. Не кичись знаниями, гордись умением и волей.

