



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

ЗОЖ – КЛЮЧ К ДОЛГОЛЕТИЮ

Неинфекционные
заболевания в 70 %
случаев являются причиной
преждевременной смерти,
а приверженность ЗОЖ
снижает риск смертности
от всех причин на 39%.





8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

**ЗОЖ —
это:**





8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

Достаточная физическая нагрузка





8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

Отказ от вредных привычек





8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

Полноценный отдых





8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

Сбалансированное питание





8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Рязанской области

Соблюдение правил ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

