

Комплексная помощь семье по принципу «одного окна»



«Здоровые дети – в здоровой семье»



ГБУ РА «Комплексный центр социального обслуживания населения в городе Майкопе»

За справками обращаться по адресу:

385000, г. Майкоп, ул. Ленина 54,

Телефон: 8(772) 52-65-87,8(772) 56-15-16

Факс: 8(772) 52-27-79

пн-чт: с 9–00 до 18–00 пт: с 9–00 до 17–00

Перерыв: с 13-00 до 13-48

сб-вс: выходной

Email: kcsonmaykop@mail.ru





Здоровье – это достояние всего общества, которое невозможно опенить.

Мы желаем друг другу крепкого здоровья, когда встречаемся или прощаемся, потому что это основа счастливой и полнопенной жизни.

Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планов, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи.

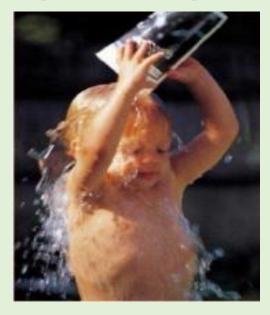


Майкоп, 2023 г



Образ жизни семьи, в которой человек вырос, И привычки, формирование которых произошло в детстве, оказывают влияние на здоровье на многие годы вперед. Как бы каждый из нас ни стремился большему разнообразию повседневной полноценности деятельности, наша физическая активность и особенности питания могли бы быть лучше, если бы правильные навыки сопровождали нас с раннего возраста. Именно поэтому, так важно изменить привычный образ жизни в семье на более здоровый и тем самым, создать предпосылки для благополучного будущего наших детей.

Получен от природы дар,
Не мяч и не воздушный шар.
Здоровье – это не арбуз,
Чтоб жизнь счастливую прожить,
Здоровье – нужно сохранить!



Быть здоровым – это модно!!!

Здоровье с нами навсегда!

Долой все вредные привычки!

Наш выбор спорт и красота!

Здоровая семья – здоровый я!

Здоровый я – здоровая страна!



Золотые правила, как сберечь здоровье

- 1. Соблюдать режим дня!
- 2. Обращайте большое внимание на питание!
- 3. Больше двигайтесь!
- 4. Проветривайте комнату!
- 5. Гоните прочь уныние и хандру!
- 6. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- 7. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- 8. Желайте себе и окружающим только добра!