



**БУДЬТЕ  
ФИЗИЧЕСКИ  
АКТИВНЫ**

**ПРАВИЛЬНО  
ПИТАЙТЕСЬ  
ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ВОДЫ**



**Здоровый  
образ жизни**

**залог успеха и  
активного долголетия**

**ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ г. Пенза, Пр.Строителей, 2 тел.: 45-45-43**

**СОБЛЮДАЙТЕ  
РЕЖИМ ДНЯ**



**БУДЬТЕ  
ПОЗИТИВНЫ  
НЕ НЕРВНИЧАЙТЕ**

**ОТКАЖИТЕСЬ  
ОТ ВРЕДНЫХ  
ПРИВЫЧЕК**

