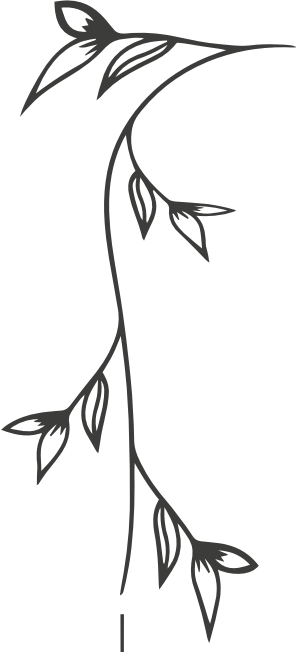




SAğLIKLI YAŞAM



**"Sevebilen ve çalıŐabilen insan sağlıklıdır."
Sigmund Freud**



Sağlıklı ve dengeli beslenmek



Sağlıklı ilişkiler kurmak





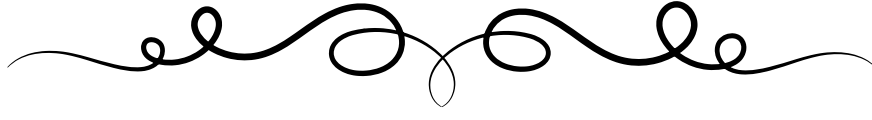
Sağlıklı Yaşam Neden Önemlidir?

- 1. Hastalıklara Karşı Korur.**
- 2. Yaşam Süresini Uzatmaya Yardımcı Olur**
- 3. Doğa Dostu Bir Yaşam Sunar.**



Uyku düzenine dikkatedilmeli





Kişisel ve Çevre Temizliğine Önem Vermeeli

