

Будьте Здоровы!



**ГБОУ ШКОЛА №565**  
**КИРОВСКОГО РАЙОНА СПБ**

Улица Ивана Черных 11А  
Тел.252-08-95

Служба Здоровья

**Пути сохранения  
и укрепления  
здоровья**

# Понятие о Здоровье. Здоровье индивидуальное, семейное и общественное.

**Что способствует  
сохранению и укреплению  
здоровья семьи**

-Соблюдение режима труда  
отдыха

-Психическая и  
эмоциональная устойчивость

-Безопасное поведения дома,  
на улице, на работе.

-Отказ от деструктивного  
поведения.



**Здоровье-состояние полного  
физического душевного и  
социального благополучия**

**Общественное здоровье-  
человеческий потенциал  
общества:**

-здоровье населения

-здоровье отдельных  
сообществ людей( разных  
возрастных групп,  
профессиональных  
сообществ , семей)

-Индекс ОЗ-(соотношение  
здорового и нездорового  
образа жизни населения)



**Здоровье индивида-  
индивидуальный ресурс  
организма**

-субъективные показатели  
(самочувствие, жалобы )

-оценки составляющих  
компонентов здоровья

-физическое

-психическое

-социальное

-духовно-нравственное

-экологическое

Будьте  
Здоровы!