



Азбука здоровья

Детская библиотека централизованной библиотечной системы Ибресинского района предлагает принять участие в [онлайн-викторине «Азбука здоровья»](#).

Здоровье – это главная ценность для каждого человека: хорошее физическое состояние, хорошее самочувствие, хорошее настроение. Основы здоровья закладываются в детстве. Быть здоровыми, красивыми, полными сил хотят и взрослые и дети. А что для этого нужно делать? Всего лишь знать и выполнять правила здорового образа жизни: встать вовремя, не забыть почистить зубы, поесть до выхода в школу, больше гулять на свежем воздухе и правильно питаться.

Результат викторины «Азбука здоровья» покажет, насколько ваш образ жизни близок к здоровому.

Ссылка для прохождения викторины: <https://onlinetestpad.com/hm7eva6t4wiyw>