

# ГОД "СПОРТ. ЗДОРОВЬЕ. ДОЛГОЛЕТИЕ"



Будь здоровым и активным с Профсоюзом!

В 2021 году Профсоюз объявил тематический Год «Спорт. Здоровье. Долголетие».

Большую часть времени многие работники образования и обучающиеся проводят в помещении, и лишь часть из них систематически занимается физкультурой и спортом. Высокая учебная нагрузка и малоподвижный характер работы приводят к ухудшению здоровья, эмоциональному выгоранию, снижению стрессоустойчивости.

Здоровье – безусловная ценность человека, забота о нём всегда актуальна. Именно поэтому мероприятия Года направлены на формирование потребности в ведении здорового, активного образа жизни, в занятиях физической культурой и массовым спортом.

**Уважаемые члены Профсоюза!**

**Активно включайтесь в мероприятия Года «Спорт. Здоровье. Долголетие»!**

