

Профилактика искривления позвоночника

- ✓ **Соблюдай правильную осанку.
Не сутулься, не горбись.**
- ✓ **Выполняй физические упражнения.
Занимайся спортом, плаванием.**
- ✓ **Веди активный образ жизни.
Больше ходи пешком.**
- ✓ **Питайся здоровой пищей.**

