

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ВЫБОР ЦНИГРИ

По инициативе профсоюзного комитета в ЦНИГРИ прошёл оздоровительный марафон, в рамках которого участники учились менять пищевое поведение, вырабатывать здоровые привычки и любить физические нагрузки.

Марафон был организован с целью привлечения сотрудников института к здоровому образу жизни и регулярным занятиям спортом.

По итогам прошедших 4-х недель марафона были достигнуты впечатляющие результаты, а самое главное получен положительный заряд бодрости, энергии и хорошего настроения.

Здоровый образ жизни помогает нам выполнять наши цели и задачи, успешно реализовывать свои планы. Желаем всем верить в себя, не жалеть сил для работы над собой и с каждым днём открывать для себя новые аспекты здоровой жизни!

