Быть здоровым – это модно! Для человека здоровье это самое ценное. С давних пор мода, сопровождает жизнь человека, украшая ее своими новинками. Мода присутствует везде: это и новые тренды в гардеробе человека, это и изменение в рационе питания, и, конечно же, новые подходы к образу жизни людей. Но, безусловно, современным и востребованным у людей является девиз: «Быть здоровым – модно!». Каких-то три негласных слова несут в себе глубокий смысл и немалую значимость.

 Современная жизнь имеет бешеный ритм. Для того, чтобы покорить новые высоты и освоить что-то новое, необходимо крепкое здоровье. Еще десять лет назад курящий подросток был образцом для подражания среди молодёжи. Сейчас к такому явлению многие относятся негативно, понимая, что к хорошим последствиям это не приведет. Некоторые интернет - ресурсы и другие СМИ дают информацию, познакомившись с которой, умный человек поймет что употребление наркотиков, курение и алкоголь не приведет к хорошим последствиям.

 Человеческая жизнь, к сожалению, дана Богом один раз. Хочется прожить ее так, чтобы потом в старости не сожалеть о содеянных поступках.

 Современное поколение все чаще задумывается о том, какими они будут в будущем. Все чаще возникают вопросы. Какими будут наши внуки и правнуки? Что мы можем сделать для их будущего, в настоящее время? Что им сможем передать? К сожалению в настоящее время, не все подростки становятся на "кривой" путь, ведущий к курению, алкоголизму и наркомании. Важно остановить этот разрушающий процесс. Всё существующее и живущее образует некую систему. В которой важно каждое звено. И поэтому, от нас, молодежи XXI века, зависит будущее наших детей, внуков и правнуков.

 Нужно стараться быть здоровым в разных смыслах: физически и духовно. Здоровым быть на самом деле здорово. Ведь недаром народная мудрость гласит: «В здоровом теле – здоровый дух!» Только разумный человек рассуждает правильно. Если человек здоров, то он может прийти к поставленной цели в жизни.

 Давайте возьмемся за ум и поможем самим себе, своему здоровью. ЗОЖ для нынешнего молодого поколения – это жизненная норма, и мы должны соответствовать ей. Сегодня быть здоровым – жизненно необходимо.

Быть здоровым – это классно! Быть здоровым – это модно!