



**ЗДОРОВЬЕ**

# Солнце

**и здоровье ребёнка**

**Какую пользу  
оказывает  
солнечное воздействие  
на организм человека**



- ! Обеспечивает хорошее самочувствие
- ! Улучшает питание и кровоснабжение
- ! Способствует росту организма

- ! Укрепляет деятельность иммунной системы
- ! Ускоряет процессы выздоровления
- ! Стимулирует восстановительные процессы в повреждённых тканях
- ! Влияет на синтез витамина Д и поддержание постоянного уровня кальция
- ! Убивает грибки и бактерии, паразитирующие на коже



**Солнце в умеренных количествах очень полезно: заряжает нас энергией, витаминами, позитивным настроением!**





**ЗДОРОВЬЕ**

# Солнце

**и здоровье  
ребёнка**

**ПОСЛЕДСТВИЯ  
бесконтрольного  
пребывания на солнце:**

- ! **аллергические  
реакции**
- ! **солнечные ожоги**
- ! **тепловой  
и солнечный удары**
- ! **преждевременное  
старение кожи**

