# ФМ выбирает здоровый образ жизни

Значение здорового образа жизни преувеличить нельзя. Благодаря ему мы заряжаемся энергией, появляется возможность восстановления после умственной деятельности, что особенно актуально для студентов. И это хорошо знают все ФМ-овцы, поэтому любую свободную минуту используют с пользой для себя (участие в спортивных соревнованиях университетского уровня, проведение факультетских спартакиад, совместные соревнования с преподавателями ФМ, проведение физкультпауз, организация туристических походов и др.).

Студенты ФМ знают, что жизнь – это огромный дар. Поэтому каждому хочется здоровой и счастливой жизни. Нельзя «тратить жизнь» на недуги, «яды» (курение, алкоголизм, наркоманию). Жизнь слишком коротка и хороша, в мире столько прекрасного и удивительного. Жажда жизни и достижение поставленных целей – вот то главное, о чем должен помнить каждый. И здоровый образ жизни в этом – наш надежный помощник.