

ВОПРОС НОМЕРА:

## ЗОЖ — с дороги не свернешь!

Как вы считаете, здоровый образ жизни — это личное дело каждого или социальная ответственность перед семьей, обществом? Вы считаете себя приверженцем ЗОЖ?



**ВЛАДИМИР  
ВЛАДИМИРОВИЧ  
БОКК,**

депутат Государственной  
думы Российской  
Федерации седьмого  
созыва:

— Здоровый образ жизни — дело не только личное, но и общественное. Как отметил в своем обращении к Федеральному Собранию РФ 1 марта 2018 года Президент В.В. Путин: «Нам важен и ценен каждый человек, чтобы он чувствовал свою востребованность, прожил долгую и, главное, здоровую жизнь, радовался внукам, правнукам, чтобы дети выросли и стали успешными в сильной, динамичной, успешной стране, которая выходит на новые рубежи развития». Необходимо с малых лет приобщать ребенка к здоровому образу жизни, формировать у малыша навыки охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих.

Я считаю себя сторонником ЗОЖ. Здоровый образ жизни — это целая система поведения человека, включая физическую культуру, творческую активность, высокоморальное отношение к окружающим людям, обществу, природе. Однако в силу своей загруженности приходится вносить в эту систему вынужденные корректировки. В частности, я имею в виду несоблюдение рационального суточного режима.