

# Πώς οι συνήθειες μας επηρεάζουν την υγεία μας;

Πώς δουλεύει η καρδιά μας;

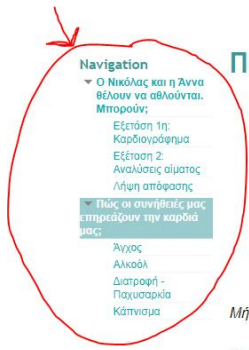
Πώς παίρνουν το οξυγόνο μέσα από τον αέρα οι πνεύμονες μας;

Πώς η διατροφή επηρεάζει την υγεία μας;

Πήγαινε στην πιο κάτω ιστοσελίδα και θα μάθεις! (Ενότητα Δημοτικής Εκπαίδευσης  
PROFILES 2013-14)

<https://sites.google.com/site/kardiakespathiseis/ygieines-synitheies>



Μπορείς να κινηθείς στην ιστοσελίδα από το μενού που βρίσκεται στην αριστερή μεριά της  
σελίδας.



Navigation

- ▼ Ο Νικόλας και η Άννα θέλουν να αθλούνται. Μπορούν;
- Εξέταση 1η: Καρδιογράφημα
- Εξέταση 2: Αναλύσεις αίματος /λήψη απόφασης
- ▼ Πώς οι συνήθειες μας επηρεάζουν την καρδιά μας;
- Άγχος
- Αλκοόλ
- Διατροφή - Παχυσαρκία
- Κάπνισμα

## Πώς οι συνήθειές μας επηρεάζουν την καρδιά μας;



*Μήπως οι συνήθειες μας επηρεάζουν τελικά την καρδιά μας;*

*Κάποια σχέση πρέπει να έχουν.*

*Ποια σχέση έχει η καρδιά με τις καθημερινές συνήθειές μας;*

*Ο τρόπος ζωής μας σίγουρα θα επηρεάζει και την καρδιά μας. Πώς όμως;*