

ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ



Донецк 2020



*Грустно и совсем не круто,
Если лучший друг –
компьютер!
Не садись за монитор,
А иди гулять во двор.
Лучшие друзья на свете
Не компьютеры а дети*



*Мы руками всё хватаем,
Кто до нас хватал, не знаем.
Так что пальцы не соси,
Ноготочки не грызи,
Не тяни предметы в ротик,
Чтоб не заболел животик.*



*Старикам и молодым
Вреден сигаретный
дым.
Если кто-то курит
рядом,
Уходить скорее надо!*



*Предлагают нам повсюду
На ходу поесть фастфуды.
Только от такой еды
Меньше пользы, чем беды!*

*Газировка – ерунда,
Просто с химией вода.
Чтобы вырасти
высоким,
Лучше пей кефир и соки.*





*Встань с кровати и не охай!
Быть лентяем – очень плохо!
Лень опасна, лень вредна,
Губит организм она.
Раз тебе так мало лет,
Не кричи, как старый дед.*



*Шоколада-мармелада
Слишком много есть не
надо.
От конфет немало бед –
Лишний вес и диабет!*

*Ты не злись и не ругайся
А почаще улыбайся
Веселись и не грусти
И здоровеньким расти*

