



ПРОСТО НАДО
ВЕРИТЬ!
ПРОСТО НАДО
ЖИТЬ!



Хорошее
настроение –
это доброта и
мудрость
вместе!
Только люди с
хорошим
настроением
могут творить
великие дела!







«Песенка о хорошем настроении»

Если вы, проснувшись, чувствуете вялость
Если вам не в радость солнечный денёк,
Выпейте стаканчик травяного чая,
Музыку включите и хандра у вас пройдёт.

Припев: И улыбка, без сомненья,
Вдруг коснётся ваших глаз
И хорошее настроение
Не покинет больше вас.



Пейте больше соков, ешьте больше фруктов,
Вам они подарят радость без труда.

Мы же понимаем, что здоровье наше
Нам дано поверьте, люди, раз и навсегда.

Припев.

Еще древние
мудрецы
говорили о
вреде
безделья и
уныния



АКТИВНЫЙ ОТДЫХ



Любимое увлечение



Любить себя



Не зацикливаться на болезни, вести активный образ жизни, оберегать хорошее настроение



Улыбайтесь!







Проснувшись, подойдите к зеркалу
и постройте рожицы!





А что
делать,
если не
хочется
улыбаться?

Будьте щедры на улыбки!

