

## ПАМЯТКА ДЛЯ КАЖДОГО

Я желаю вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда.  
Но добиться результата  
Невозможно без труда.  
Постарайтесь не лениться,  
Каждый раз перед едой,  
Прежде чем за стол садиться,  
Руки вымойте водой!  
И зарядкой занимайтесь  
Ежедневно по утрам,  
И, конечно, закаляйтесь –  
Это так поможет вам!  
Свежим воздухом дышите  
По возможности всегда,  
На прогулки в лес ходите,  
И простуда – ерунда!  
Здесь открыли мы секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить!



## ПАМЯТКА ДЛЯ КАЖДОГО

Я желаю вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда.  
Но добиться результата  
Невозможно без труда.  
Постарайтесь не лениться,  
Каждый раз перед едой,  
Прежде чем за стол садиться,  
Руки вымойте водой!  
И зарядкой занимайтесь  
Ежедневно по утрам,  
И, конечно, закаляйтесь –  
Это так поможет вам!  
Свежим воздухом дышите  
По возможности всегда,  
На прогулки в лес ходите,  
И простуда – ерунда!  
Здесь открыли мы секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить!

