Кодекс здоровья

***Помни*** - здоровье не все, но без здоровья – ничто!

***Здоровье*** – не только физическая сила, но и душевное равновесие.

***Здоровье*** – это твоя способность удовлетворять свои потребности в разумных пределах.

***Здоровье***– это физическая и гигиеническая культура нашего тела: нет ничего красивее человеческого тела.

***Здоровье*** – это социальная культура человека, культура человеческих отношений.

***Здоровье*** – это любовь и бережное отношение к природе: природа не брат и сестра, а отец и мать человечества.

***Здоровье*** – это стиль и образ твоей жизни. Хочешь быть здоровым – подружись с физической культурой, чистым воздухом и здоровой пищей.

***Здоровье*** – наш капитал. Его можно увеличить, его можно и прокутить. Хочешь быть здоровым – будь им!

***Помни****:* солнце нам друг и все мы – дети солнца, но с его лучами не шути: загорание не должно стать сгоранием на солнце.

Ходи периодически по земле босиком, земля дает нам силу, отводит лишнее электричество.

***Семья*** – наша опора и наше счастье, она дает ощущение нужности и зависимости.

Люби нашу землю – мать и кормилицу, бережно относись к ней и ко всему живому, чему она дала жизнь. Хочешь жить – люби жизнь!