

МКУК «Новощербиновская сельская библиотека»  
Новощербиновского сельского поселения  
Щербиновского района

# За здоровое поколение



ст. Новощербиновская  
2021 г.

# АЗБУКА

# ЗДОРОВЬЯ

Мы здоровье сохраним,  
Мы здоровьем дорожим!





**Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья,  
Должен быть режим у дня.**



**Следует, ребята, знать,  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться —  
На зарядку становиться.**

**Чистить зубы, умываться и почаще улыбаться.**



**Закаляться, и тогда не страшна тебе хандра.**

**У здоровья есть враги,  
С ними дружбу не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.**



**Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Нужно мылом и водой  
Руки мыть перед едой**

**Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молочные продукты –  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!**



На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!

### ВРЕМЯ ГОДА - ЗИМА



### ВРЕМЯ ГОДА - ЛЕТО

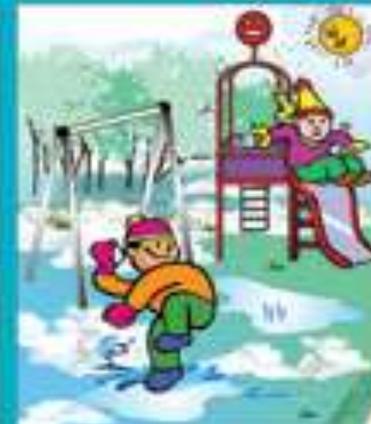


### ОДЕВАЙСЯ ПО СЕЗОНУ!



### ВРЕМЯ ГОДА - ОСЕНЬ

### ВРЕМЯ ГОДА - ВЕСНА





**Ну, а если уж случилось:  
Разболеться получилось,  
Знай, к врачу тебе пора.  
Он поможет нам всегда**



Вот те добрые советы.  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить.  
Научись его ценить!



# Наш девиз:

«Дружно, смело, с оптимизмом -  
ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»

