

Семейный кодекс здоровья

- 1. Каждый день начинаем с зарядки.**
- 2. Просыпаясь, не залёживайся в постели.**
- 3. Берём холодную воду в друзья: она дарит бодрость и закалку.**
- 4. В детский сад, в школу, на работу – пешком в быстром темпе.**
- 5. Лифт – наш враг.**
- 6. Будем щедры на улыбку, никогда не унываем!**
- 7. При встрече, желаем друг другу здоровья.
«Здравствуй!»**
- 8. Режим наш друг, хотим все успеть – успеем.**
- 9. Ничего не жевать сидя у телевизора.**
- 10. В отпуск и выходные проводить только вместе.**

