

***Тема: «Почему нужно есть много овощей и фруктов, чистить зубы и мыть руки.»***

# Путешествие по городу «Здоровейску»





# ОВОЩНАЯ





### Витамин А

Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен я!



### Витамин В

Если вы хотите быть сильными, иметь хороший аппетит и не хотите огорчаться и плакать по пустякам, вам нужен я!



### Витамин С

Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я!





**Дорогие мои дети!  
Я прошу вас, мойте чаще  
Ваши руки и лицо.  
Все равно какой водою  
Кипяченной, ключевой,  
Или просто дождевой!  
Нужно мыться непременно  
Утром, вечером и днем -  
Перед каждою едою  
После сна и перед сном!**

