

## Хочешь быть здоровым?

---

- 1) **Соблюдай режим дня.**
- 2) **Закаливай себя.**
- 3) **Занимайся физкультурой.**
- 4) **Правильно питайся.**
- 5) **Соблюдай правила гигиены.**
- 7) **Скажи «Нет!» вредным привычкам (употребление алкоголя, табакокурение).**
- 8) **Доброе отношение к людям, к природе, животным.**



# МИКРОБЫ



**«От простой воды  
и мыла у микробов  
тает сила.»**



# Моем руки



# Моем овощи и фрукты





**закаляемся,  
занимаемся физкультурой,  
делаем зарядку**



# Одеваемся по погоде





**Если хочешь быть здоров,**

**надо:**



**Будьте здоровы!**

