

# НОВІТНІ ОЗДОРОВЧІ МЕТОДИКИ



---

**Від учнів Куколівського НВК**

Ви знаєте,  
що сказала мадемуазель Берген,  
модистка  
французької королеви  
Марії-Антуанети,  
на те, що пропозоноване плаття  
здалося королеві старим?

Нове — це добре забуте старе!



басейни?..

**Але існують методики,  
старі (!) перевірені (!),  
які не потребують  
витрат коштів!**

**Не вірите?!**



---

**Ми вас готові переконати!!!**

# Піші прогулянки



Незалежно від:

- віку,
- статі,
- погоди,
- соціального статусу,
- географічного положення!

# Моржування

Головна умова –  
наявність водойми,



усе інше залежить  
ВИКЛЮЧНО  
від вас!

# Ранкова зарядка



**Незалежно від:**

- віку,
- статі,
- погоди,
- соціального статусу,
- географічного положення!

# Спілкування з тваринами

Головна умова –  
наявність тварини,



усе інше залежить  
ВИКЛЮЧНО  
від вас!



**Методик безліч,  
на перешкоді може стояти лише ваша лінь.**

**Відірвіть себе від м'якого ліжка,  
як Мюнхгаузен витяг себе  
із болота за косичку,  
і вперед...**



# Пам'ятайте!

Ваше здоров'я –  
у ваших руках!..

... ногах!

... головах!

