\*\*\*Уж коль сегодня не доел,  
Считай, что ты – наелся!  
Случаясь, насытиться успел,  
То переел известно!

Вдруг переел, аж еле дышишь,  
Пусть трапеза и сладенька,  
Тот голос из веков услышишь -   
«Вы отправились, батенько».

**\*\*\***  
Пейте воду ключевую,  
Чтоб иметь семью живую.  
Ешьте ягоды лесные,  
А не чипсы покупные  
Ешьте овощи и фрукты.  
Не будьте похожи на сухофрукты.  
Будем кушать вкусный хлеб  
А фаст-фуду скажем нет.

**\*\*\***Надо кушать много каши  
Пить кефир и простоквашу  
И не забывай про супчик  
Будешь ты здоров голубчик

**\*\*\***«ЗОЖ» - сила! Алкоголь - могила!  
Здоровой образ жизни – залог крепкого здоровья, подлинного счастья и повсеместного успеха.Здоровый образ жизни – выбор сильных.

**\*\*\***Чтобы гриппа не бояться  
Надо правильно питаться.  
Чтобы гриппа не бояться,  
Надо спортом заниматься.

\*\*\*

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

\*\*\*  
По утрам ты закаляйся,  
Водой холодной обливайся.  
Будешь ты всегда здоров.   
Тут не нужно лишних слов

\*\*\*

Здоровый образ жизни.  
Удача и успех.  
Здоровый образ жизни  
Моя это судьба!  
Здоровый образ жизни  
Счастливым будешь ты!

\*\*\*

Я купаюсь, обливаюсь  
Ясно всем, что закаляюсь  
Я отбросил много бед  
Укрепить иммунитет.

\*\*\*

Мясо овощи и фрукты –   
Натуральные продукты,  
А вот чипсы, знай, всегда,  
Это вредная еда.

\*\*\*

Здоровое питание - основа процветания!  
Спортом занимайся, здоровой пищей питайся.