

4 ШАГА К ТВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ



ЭТО МОЗГ.

Он помогает тебе хорошо учиться и получать новые интересные знания.

А знаешь, что ему нравится?

ЕМУ НРАВИТСЯ, КОГДА ТЫ:



ЕШЬ МНОГО ОВОЩЕЙ
И ФРУКТОВ



ЗАНИМАЕШЬСЯ СПОРТОМ
И МНОГО ДВИГАЕШЬСЯ



ТОЧНО ЗНАЕШЬ, ЧТО
ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ –
ЭТО ПЛОХО



ВСЕГДА С ХОРОШИМ
НАСТРОЕНИЕМ!