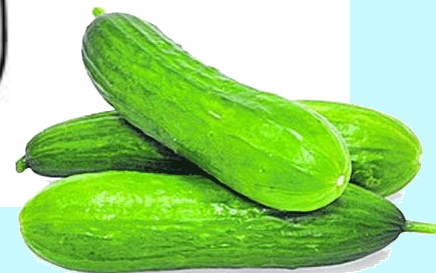
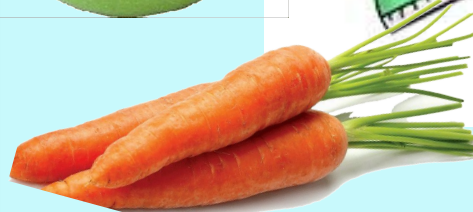


Почему нужно есть много овощей и фруктов?
Почему нужно чистить зубы и мыть руки?





ВОТ В ЧЁМ ИХ ОТЛИЧИЕ:

ОВОЩИ



Обычно
несладкие



В огороде

Фрукты



Обычно
сладкие



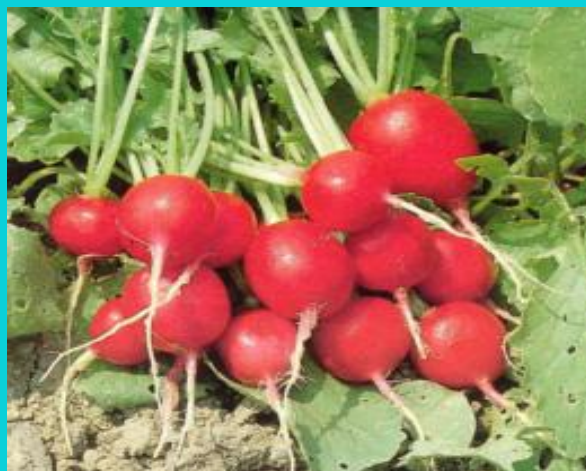
В саду

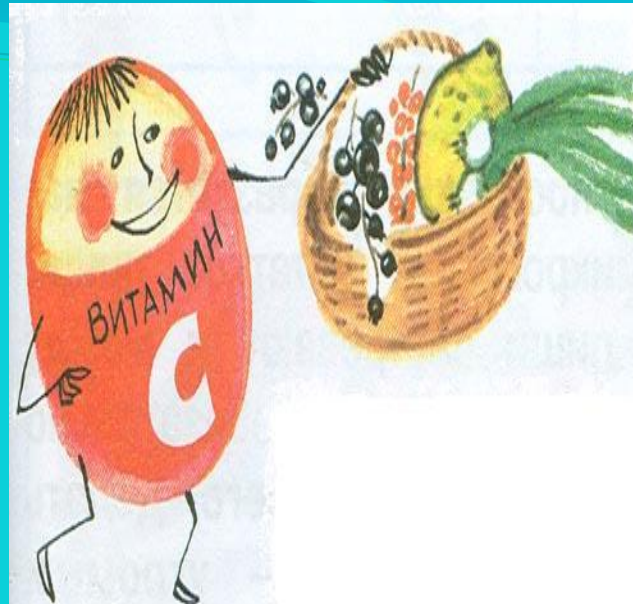


Если вы хотите хорошо
расти, хорошо видеть и
иметь крепкие зубы, вам
нужен я!



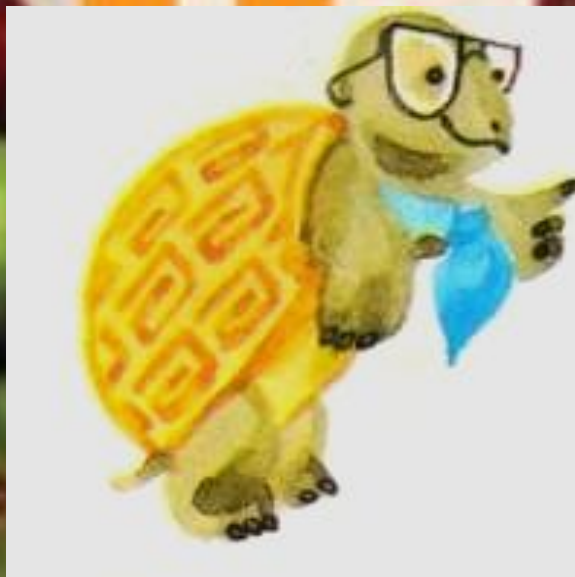
Если вы хотите быть
сильными, иметь
хороший аппетит и
не хотите
огорчаться по
разным пустякам,
вам нужен я!



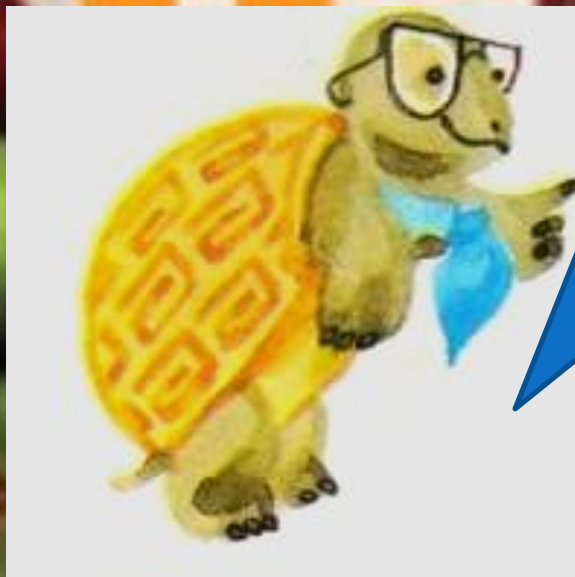


Если вы хотите реже
простужаться, быть бодрыми,
быстрее выздоравливать при
болезни, вам нужен я!

**Витамины – это
вещества, которые
содержатся в
овощах, фруктах;
они полезны для
организма человека.**



**Овощей и фруктов
нужно есть как можно
больше, потому что в
них много витаминов и
других полезных
веществ. Без
витаминов человек
болеет!**





**На зубах постоянно образуется
налёт из микробов и остатков
пищи. Частички пищи
застревают между зубами.
Поэтому обязательно надо
чистить зубы.**

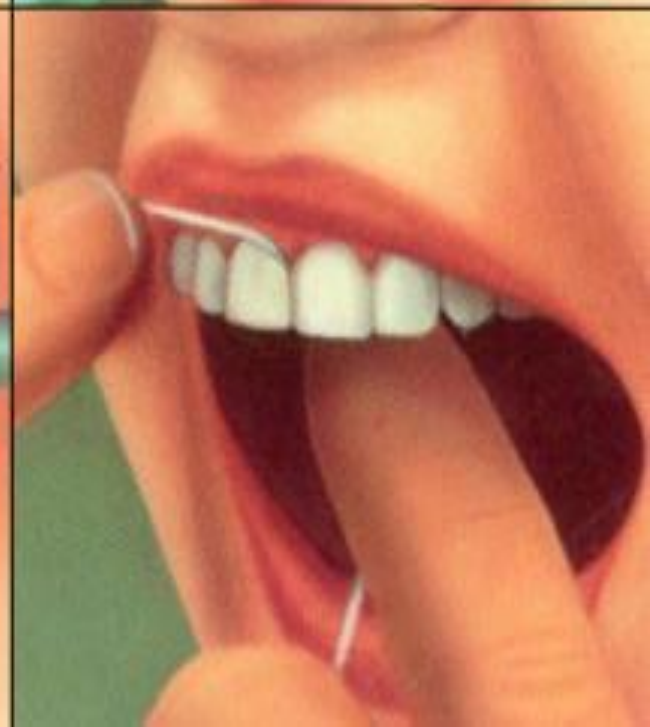
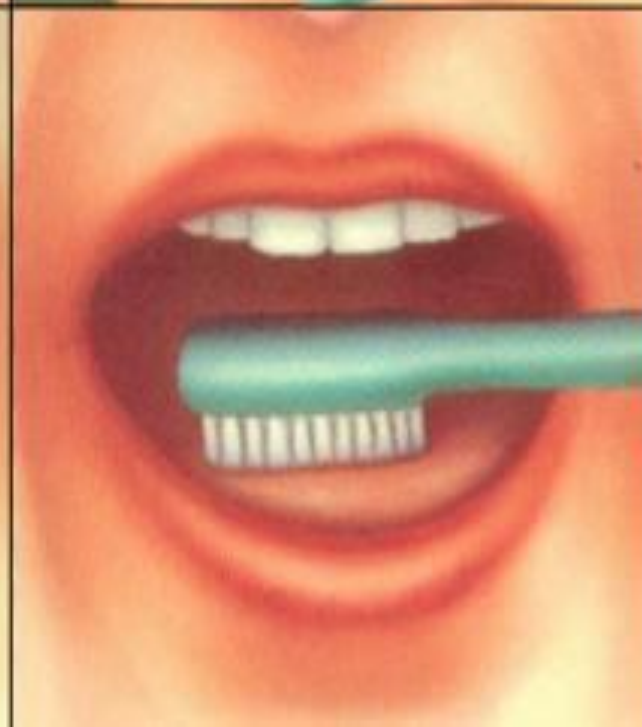
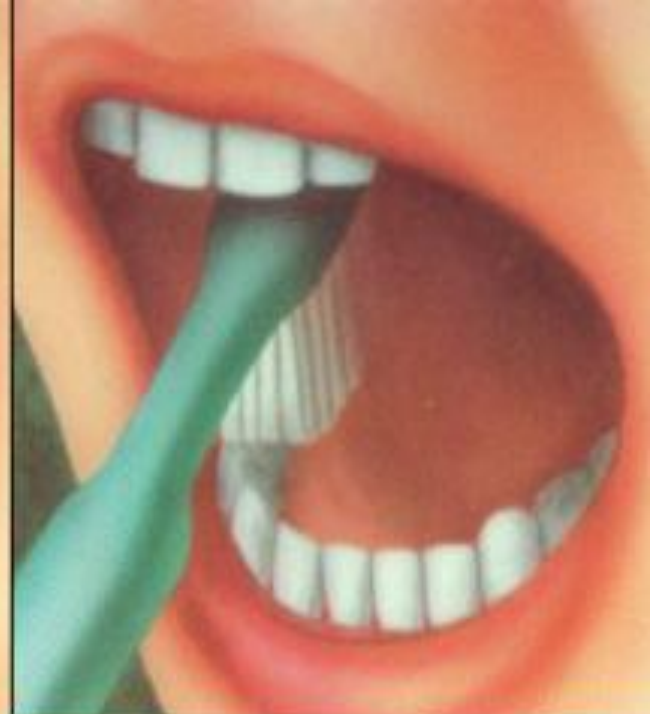
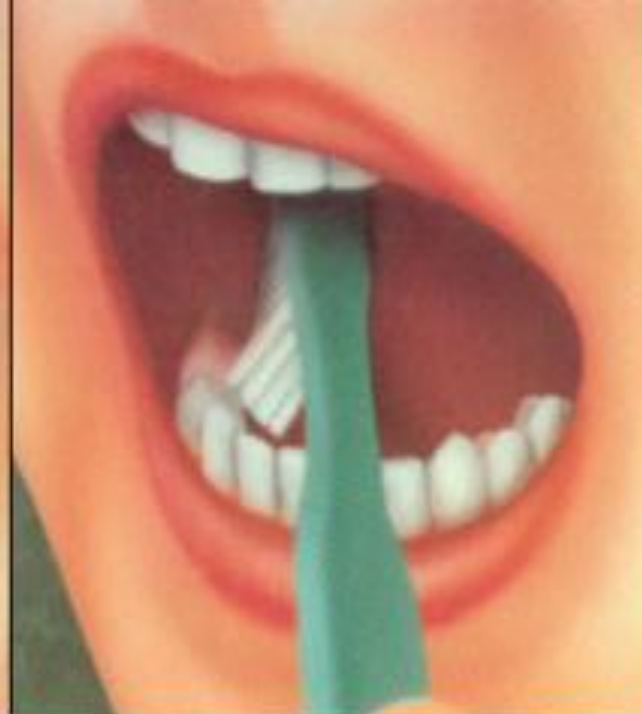




**Мы чистим, чистим зубы
И весело живем.**

**А тем, кто их не чистит,
Мы песенку поем:**

**— Эй, давай не зевай,
О зубах не забывай,
Снизу вверх, сверху вниз
Чистить зубы не ленись.**









**ЧИСТОТА – ЗАЛОГ
ЗДОРОВЬЯ**