**Семейный кодекс здоровья**

1.Каждый день начинается с зарядки.

2. Просыпаясь, не залеживаться в постели.

3. Берем холодную воду в друзья, она дарит бодрость и закалку.

4.В детский сад, в школу, и на работу - пешком в быстром темпе.

5.Лифт-враг наш.

6. Будь щедр на улыбку, никогда не унывать.

7. При встрече желать друг другу здоровья.

 8. Режим- наш друг, хотим все успеть –успеем!

 9. Ничего не жевать, сидя у телевизора!

10. В отпуске и в выходные - только вместе!