



PASIRAŠYK UŽ...

S – sveikai gyvent turi būti smagu.

V- vandens išgerkim 8 stikl. per dieną. Važinėkimės dviračiu dažniau.

E – eikime dažniau į lauką.

I – ilsėkimės gamtoje.

K-keliaukime į mokyklą pėsčiomis. Kompiuteriniams žaidimams dažniau pasakykime – NE.

A - atsisakykime saldumynų.

T – tobulinkime savo dvasines, fizines ir protines galias.

I – iškeiskime energetinius gėrimus, dešrainius, traškučius į sveiką maistą.

A – atidesni būkime vieni kitiems.

D- domėkimės sveika gyvensena ir būkime drąsūs, stiprūs.

A – atkakliai siekime savo tikslų.

